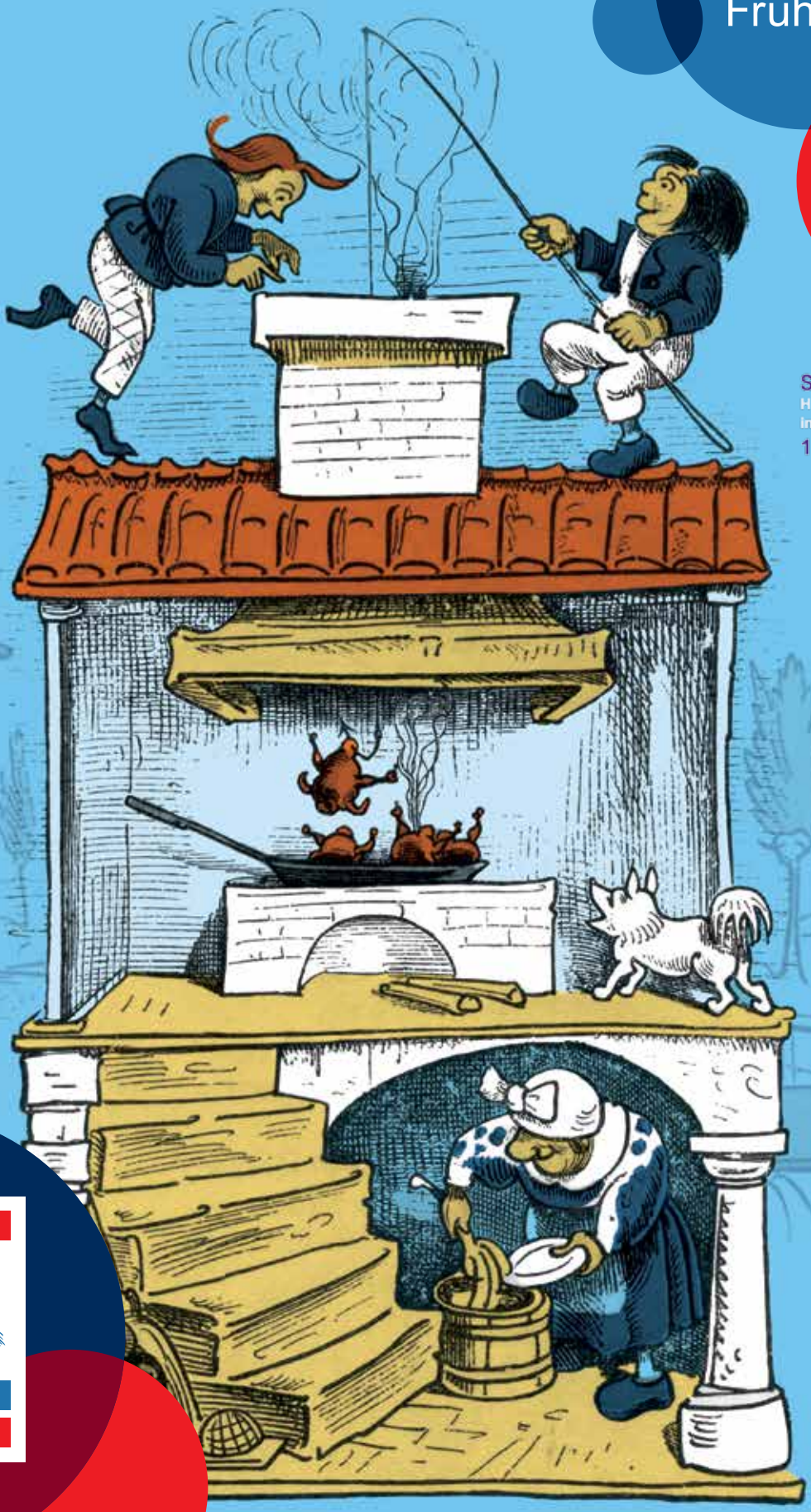
vhs

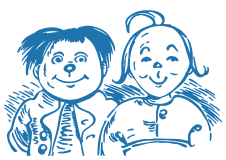
Volkshochschule Schaumburg

Programm Frühjahr '15



SOMMERUNI RINTELN
Hochschulorientierungswoche im Weserbergland
12. - 17. Juli 2015
+ KINDER UNI

150 JAHRE



MAX & MORITZ
AUS SCHAUMBURG

www.vhs-schaumburg.de

Jörg Farr, Landrat

Undine Rosenwald-Metz,
VHS-Direktorin

150 Jahre Max und Moritz

Sehr geehrte Damen und Herren,

Wilhelm Busch hat seine hintergründigen Bildergeschichten mit spitzer Feder gezeichnet. Der Schaumburger wird als Urvater des modernen Comics gehandelt. 1865 erschienen seine berühmten Lausbubengeschichten. 2015 wird das Jubiläum „150 Jahre Max und Moritz“ in ganz Schaumburg gefeiert.

Auch die VHS ehrt den Meister des schwarzen Humors. Im Rahmen der seit einigen Jahren stattfindenden Wilhelm-Busch-Akademie können Teilnehmende auch in diesem Semester dem Satiriker aus Wiedensahl mit unterschiedlichsten Angeboten näherkommen – etwa mit einer Motorradexkursion auf den Spuren der beiden Lausbuben Max und Moritz. Auch wird 2015 eine Ausstellung mit Werken von Schülerinnen und Schülern Schaumburger Grundschulen zu sehen sein. Die Kinder werden sich mit Nadel und Faden an die Figuren aus der Bildergeschichte heranwagen.

Tomi Ungerer, inzwischen 83-jährig und ein großer Bewunderer von Wilhelm Busch, hat erst kürzlich betont, dass ihm beim Erwachsenwerden niemand so geholfen habe wie Max und Moritz. Kinder, die mit den sieben Streichen aufwüchsen, wüssten schon früh, dass es ratsam ist, eine Geschichte auch vom Ende her zu denken.

Wilhelm Busch war mit Schaumburg und seinen Menschen verwurzelt. Das hat er mit der VHS gemein. Daher wünscht das Team der Volkshochschule Schaumburg den Organisatoren der Jubiläumsveranstaltungen ein gelungenes Jahr und allen Gästen und Mitwirkenden viel Spaß und Erfolg!

Ihre VHS – wir sind für Sie da!

Das Team der Volkshochschule Schaumburg

Stadthagen

Jahnstraße 21 A
31655 Stadthagen
Telefon: 05721 7879
Fax: 05721 787199
info@vhs-schaumburg.de

Information:

Sabine Wienecke

Öffnungszeiten

Mo - Do 08.00 - 12.00 Uhr
13.30 - 18.00 Uhr
Fr 08.00 - 12.00 Uhr

Parkmöglichkeit

direkt vor der VHS

Rinteln

Klosterstraße 26
31737 Rinteln
Telefon: 05751 890200
Fax: 05751 890219
info@vhs-schaumburg.de

Information:

Kerstin Ingwerth

Öffnungszeiten

Mo - Fr 08.00 - 12.00 Uhr
Do 15.00 - 18.00 Uhr

Parkmöglichkeit

Parkhaus Klosterstraße

Bückeburg

Schlossplatz 3 C
31675 Bückeburg
Telefon: 05722 95730
Fax: 05722 71139
info@vhs-schaumburg.de

Fürstliche Schlossverwaltung

Information:

Angelika Prasuhn

Öffnungszeiten

Mo - Fr 08.30 - 12.00 Uhr
Do 15.00 - 18.00 Uhr

Parkmöglichkeit

Parkpalette, Ernst-Kestner-Straße

Viele Wege führen zu Ihrer Anmeldung in der Volkshochschule

Sie füllen den Anmeldevordruck (hinten im Heft) aus und senden ihn an die VHS.

Sie rufen in einer der Geschäftsstellen der VHS an (nicht möglich bei Bildungsurlauben und Studienreisen).

Sie gehen auf die Website der VHS, wählen Ihren Kurs und buchen ihn aus dem Warenkorb heraus.

Sie kommen zu den Öffnungszeiten (siehe oben) persönlich in eine der Geschäftsstellen der VHS. Anmeldevordrucke halten wir für Sie bereit.

Besuchen Sie die aktuelle Website der Volkshochschule:
www.vhs-schaumburg.de

Leitung der VHS

Undine Rosenwald-Metz
Direktorin
Telefon: 05721 787113
rosenwald-metz@vhs-schaumburg.de
Klaus-Peter Berndt
Verwaltungsleiter, stellv. VHS-Leiter
Telefon: 05721 787112
berndt@vhs-schaumburg.de

Fachbereichsleitungen

Dunja Cordes
Telefon: 05721 7870
cordes@vhs-schaumburg.de
Bereiche: Gesellschaft und Politik, Pädagogik, Psychologie, Gesundheitsbildung, Kultur, Öffentlichkeitsarbeit, Events
Bildungsorte: Stadthagen, Bückeburg, Sachsenhagen

Dirk Eickstädt
Telefon: 05721 7870
eickstaedt@vhs-schaumburg.de
Bereiche: Berufliche Bildung und EDV, Beschäftigungsförderung, vhsConcept
Bildungsorte: Bad Nenndorf

Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05751 890200
unger-knippschild@vhs-schaumburg.de
Bereiche: Schulabschlüsse, Hochschulzugang ohne Abitur, ProfilPASS, Offene Hochschule, Lernförderung, Sprachförderung im Elementarbereich, Sommeruni, Kinder- und Jugendplan
Bildungsorte: Rinteln, Auetal, Lauenau, Rodenberg, Obernkirchen

Dr. Udo G. Ziert
Telefon: 05721 7870
ziert@vhs-schaumburg.de
Bereiche: Sprachen, Alphabetisierung, Integration
Bildungsorte: Bad Eilsen

Der Beirat der Volkshochschule Schaumburg

Werner Vehling (Vorsitzender), Katharina Augath, Karsten Becker, Maria Börger-Sukstorf, Heidemarie Hanauske, Siegbert Held, Undine Rosenwald-Metz, Richard Wilmers, Axel Wohlgemuth, Horst Asche

Die VHS Schaumburg ist eine unselbstständige Anstalt öffentlichen Rechts.

Die VHS Schaumburg ist mehrfach qualitätszertifiziert:

LQW
Die VHS hat den Qualitätsentwicklungsprozess nach dem LQW-Verfahren (Lernerorientierte Qualität in der Weiterbildung) erfolgreich abgeschlossen und unterzieht sich einer kontinuierlichen Überprüfung. Unser Leitbild finden Sie auf der Internetseite **www.vhs-schaumburg.de**

Certiport
Als autorisiertes CERTIPORT Test-Center bietet die VHS Schaumburg seit 2012 international anerkannte Zertifizierungen im IT-Bereich (Microsoft Office Specialist, Adobe) an.

AZAV
Die Volkshochschule Schaumburg ist zugelassener Träger nach dem Recht der Arbeitsförderung.

ProfilPASS-Dialogzentrum

VHS Schaumburg
für das Regionale Bildungszentrum
mit lokalen Lernzentren
in der VHS-Region Weserbergland
ProfilPASS
Die VHS Schaumburg für die VHS-Region Weserbergland erfüllt die Qualitätsstandards für ProfilPASS Dialogzentren und ist seit dem 8.5.2007 Dialogzentrum. Die Ernennung gilt bis zum 30.11.2013.
ies
DIE

Medienzentrum Schaumburg

Medienzentrum Schaumburg
Jahnstraße 25
31655 Stadthagen

Bernd Schlifke
Medienpädagogischer Berater
Telefon: 05721 927921
Fax 05721 927923
schlifke@medienzentrum-shg.de

Öffnungszeiten
Mo + Mi 07:30 - 15:30 Uhr
Fr 07:30 - 13:00 Uhr
Dienstag und Donnerstag können nach telefonischer Vereinbarung Termine wahrgenommen werden.

Verleih
www.medienzentrum-shg.de
verleih@medienzentrum-shg.de

Bildungsurlaube

Februar
Business English – Aufbaukurs 83
April
Microsoft Office 2010 108
Spanisch 1 89
Mai
Görlitz 15
Kassel 15
Englisch Auffrischung Grundstufe (A2) 82
Französisch 1 87
Juni
Achtsamkeit und Innerer Friede 22
Müritzregion 19
Einführung in die Philosophie 21
Berlin aktuell 16
Lebens- und Berufsplanung 31
Selbstmanagement am Arbeitsplatz ... 31
Englisch Auffrischung Mittelstufe (B1) . 82
Business English – Grundkurs 83
Spanisch 3 90
Italienisch 1 91
Juli
Dresden 16
Stressbewältigung im Beruf u. Alltag . 30
Business English – Aufbaukurs 83
Französisch 2 87
Französisch 3 87
Spanisch 2 89
Italienisch 2 91
August
Von der Antike zur Moderne mit Meisterdenkern 21
September
Achtsamkeit und Innerer Friede 22
Weimar 16
Stressbewältigung im Beruf u. Alltag . 30
Müritzregion 19
Lebens- und Berufsplanung 31
Leipzig – Der Wandel der Stadt 17
Oktober
Natur pur und die Rolle des Menschen im Umgang mit der Natur 19
Kommunikationstraining 30
Berlin aktuell 16
…und plötzlich spürst du, dass du älter wirst 31
Ostfriesland 17
Microsoft Office 2010 108
November
Selbstsicherheit steigern 28
Frauen in der Lebensmitte 28
Rhetorik und Körpersprache 30
Vor der Rente 32

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.vhs-schaumburg.de

Gesellschaft

Fachbereichsleitung
Dunja Cordes
Telefon: 05721 787115
cordes@vhs-schaumburg.de

Gesellschaft, Politik

Selbsteinschätzung/Stärken erkennen – worum geht es? 12
Politik braucht Frauen! 12
Der Einstieg in das politische Geschäft – worum geht es? 12
Präsent Sein – Sich Präsentieren 12
Mein Weg in die Politik: Prof. Dr. Rita Süßmuth 13
Nachgefragt bei Marc Fügmann 13
Katharina von Bora – die bessere Hälfte von Martin Luther 13
Auf dem Laufenden bleiben 14
Gesprächskreis 14
Gewalt und Fußball 14
DUO – Gemeinsam leben macht stark 14
Ich will so bleiben wie ich bin! 15
Kassel – der Weg zum Weltkulturerbe 15
Görlitz – im Osten Deutschlands und mitten in Europa 15
Berlin aktuell 16
Dresden – eine Stadt erzählt ihre Geschichte 16
Weimar – zwischen Klassik und Gegenwart 16
Leipzig – der Wandel der Stadt und die Veränderungen im Leben der Menschen 17
Ostfriesland und sein besonderer Charme 17
Schaumburger Bergbau 17
Gedenkstätten und andere Formen der Erinnerungskultur in Schaumburg 17

Energie, Klima, Ökologie, Natur

Strom von der Sonne – Photovoltaik 18
Solarwärme 18
Heizen mit Erdwärme aus dem Garten 18
Bequemes Heizen mit preiswerten Holzpellets 18
Naturschutz und Tourismus in der Müritzregion – ein Widerspruch? 19
Natur pur und die Rolle des Menschen im Umgang mit der Natur 19
Auf Biegen und Flechten 19
Meditative Quellenwanderung 19
Frühlings-Kräuterwanderung 20

Philosophie, Religion, Pädagogik

Karl Marx 20
Einführung in die Philosophie 21
Von der Antike zur Moderne mit Meisterdenkern 21
Buddhismus heute 21
Achtsamkeit und innerer Frieden 22
Exkursionen durch das Alte Testament 22
Wege durch das Neue Testament ... 22
Wenn's zu Hause knallt – Kinder und häusliche Gewalt 22
Kinder sind wunderbar! 23

Zusammenarbeit mit dem Familienzentrum

Mädchentreff 23
Wo die wilden Kerle toben 23
Selbstverteidigung für jugendliche Mädchen 23
Elterngespräche für Alleinerziehende 24
Selbstbewusste Kinder 24
Starke Mütter 24
Ruhe – Gelassenheit – Lebensfreude 24
Wenn Kinder trotzen 24
Erziehung zwischen Freiheit und Grenzen 25
Starke Eltern – Starke Kinder 25
Kinder haben und brauchen Krisen und Konflikte 25
Selbstverteidigung für Frauen 25
„Hätte ich nur nicht wieder so rumgebrüllt" 25

Zusammenarbeit mit dem Jugendamt

Marte Meo-Therapeuten/ Kollegen-Trainer-Kurs 26
Sprachbildung und Sprachförderung in Kindertagesstätten 26
Früherkennung von Risikomerkmalen 26
„Ich und Du" 26
Leiter/innen-AG aller Kindertageseinrichtungen 26
Haus der kleinen Forscher 26
Papilio Zertifizierungsfeier 26
Kinder als Naturforscher 26
Elterngespräche mit schwierigen Themen angstfrei führen können 26
Kinder als Naturforscher 26
Begegne dem Clown in Dir 26

Psychologie, Kommunikation

Selbst-Coaching ... 27
Mediation ... 27
Erfolgreiche Gesprächs- und Verhandlungsführung am Arbeitsplatz und im Alltag ... 27
86400 Sekunden für Jede/n ... 27
Selbstsicherheit steigern ... 28
Frauen in der Lebensmitte ... 28
Gedichte Europas ... 28
Einführung in das NLP ... 28
Selbstmanagement mit NLP ... 28
Die Kunst des guten Gesprächs ... 29
Bodytalk ... 29
Die Kunst des guten Fragens ... 29

Berufliche Kompetenzen

Stress im Beruf und Alltag – inzwischen verändert? ... 30
Stressbewältigung im Beruf und Alltag ... 30
Mündlich gut ... 30
Überzeugen durch Rhetorik und Körpersprache ... 30
Selbstmanagement und Selbstmotivation am Arbeitsplatz ... 31

Älter werden im Beruf

Mein Weg – nächste Schritte in der Lebens- und Berufsplanung ... 31
...und plötzlich spürst du, dass du älter wirst ... 31
Vor der Rente – eine Entdeckungstour ... 32

Menschen mit Behinderung

„Einmal ein Star auf der Bühne sein!“ ... 32
Freizeit einmal anders ... 32
Brotaufstriche ... 32
Frauen im Gespräch ... 33
Männer unter sich ... 33
Arbeitskreis „Kunst und Behinderung“ ... 33
Pferde erleben und verstehen ... 33
Reiten lernen einmal anders ... 33
Projekt Naturschutzwerkstatt ... 33
Wellness für den Körper und die Seele ... 34
Omas vergessene Nachspeisen ... 34
Valentinstag – Tag der Liebenden ... 34
Bewegung mit Musik – Angrillen ... 34
Fensterschmuck für die Dekoration ... 34
Filzbilder ... 34
Freundschaftsarmbänder filzen ... 34
Gebärdensprache zum Schnuppern 35
Ausflug in die Körper- und Gebärdensprache ... 35
Deutsche Gebärdensprache ... 35
„Wir gebärden Lieder“ S(w)inging hands ... 35

Koperation mit der PLSW-Werkstatt

Filzbilder ... 35
Entspannung ... 36
Theaterprojekt: „Die Traumwelt des Musicals“ ... 36
Bilder hauen in Stein ... 36
Gesellschaftstänze ... 36
Frühjahrs- und Osterschmuck ... 36
Freundschaftsarmbänder filzen ... 36
Gesunde Speisen während der Osterzeit ... 36

Ehrenamt, Hospiz

„Café Ehrenamt“ ... 37
Betreuerinnen- und Betreuertreff ... 37
Rückwärts und alles vergessen ... 37
Sozialleistungen im Überblick ... 37
Abschied und Trauer in meinem Leben ... 38

Junge VHS

Babysitter-Kurs ... 38
Konflikte gewaltfrei lösen ... 38
Aktiv in der SV-Arbeit ... 38

Kultur

Fachbereichsleitung
Dunja Cordes
Telefon: 05721 787115
cordes@vhs-schaumburg.de

Theater, Literatur, Musikgeschichte

Amateurtheater ... 40
Theater und Erfahrung ... 40
Dem Leben auf der Spur ... 40
Literaturseminar ... 40
Literarisches Kolloquium – Lesen ist gute Gesellschaft ... 41
„Lachend die Wahrheit sagen“ ... 41
Friedrich Bach und seine Brüder ... 41
Georg Philipp Telemann ... 41

Wilhelm-Busch-Akademie in der VHS

Ein Dorfspaziergang ... 42
Liebe sagt man schön und richtig ... 42
Figürliches Arbeiten mit Keramik ... 42
Die Linse ersetzt den Pinsel ... 42
Geführte Motorradtour auf den Spuren von Max und Moritz ... 43
Max, Moritz und Co ... 43

Künstlerische Techniken

Malen lernen ... 43
Experimentieren mit Acryl- und Temperafarbe ... 44
Primamalerei – Alla-Prima Technik ... 44
Langer Malabend ... 44
Experimente in Aquarell, Gouache/Tempera, Acryl ... 44
Künstlerische Techniken ... 44
Malerei und Kalligrafie ... 45
Künstlerbücher, Papierobjekte und mehr ... 45
Focusing und skizzieren ... 45

Drucken, Zeichnen

Zeichnen, Malen, Drucken ... 45
Bäume zeichnen und malen ... 45
Grundkurs Zeichnen ... 46
Zeichnen lernen – Klassische Zeichentechniken ... 46
Wie zeichne ich ein Porträt? ... 46

Aquarell, Acryl, Öl

Aquarell ... 46
Wie kann ich eine eigene Bildidee entwickeln? ... 46
Neue Wege in der Ölmalerei ... 47
Porzellanmalen ... 47

Plastisches Gestalten, Schmuck

Bildhauerei in Stein ... 47
Goldschmieden ... 47
Schmuckgestaltung/ Goldschmieden ... 47

Schneidern, Fotografie

Schneidern ... 48
Grundlagen der Digitalfotografie ... 48
Die Kunst des besseren Fotos ... 48
Digitalfotografie ... 48
Mit der Digital-Spiegelreflexkamera fotografieren ... 49
Portraitfotografie ... 49
Fotofreizeit auf Großsegelschiff in Holland ... 49

Musik

Gitarre ... 49
Da unten im Tale... ... 49
Afrikanisches Trommeln ... 49
Kreisjugendmusikschule Schaumburg ... 50

Basteln, Tanz

Blumen zum Valentinstag ... 51
Frühjahrs- und Osterschmuck ... 51
Glückwunschkarten ... 51
Leinwände mit Servietten gestalten. 51
Nassfilzen: Eine Filzkugel – viele Möglichkeiten ... 51
Orientalischer Tanz ... 51
Tango Argentino ... 52
Tanzkreis ... 52
Schottischer Ceilidh Tanz ... 52

Sport, Kosmetik

Schnuppertauchen ... 52
Sporttauchen ... 52
Sportbootführerschein Binnen ... 53
GPS für Radler und Wanderer ... 53
Schnupperkurs Golf ... 53
Schnupperkurs Bogenschießen ... 54
Schmink-Workshop ... 54
Natürlich schön mit Make-up ... 54

Junge VHS

Bildhauerei in Stein ... 54

Gesundheit

Fachbereichsleitung
Dunja Cordes
Telefon: 05721 787115
cordes@vhs-schaumburg.de

Vorträge, Patientenuni Schaumburg

Psychohygiene – Balsam für die Seele ... 56
Schüßler'sche Biochemie ... 56
Phobien und Ängste ... 56
Säure-Base Haushalt ... 56
Essverhalten ... 56
Moderne Narkosemedizin an unseren Kliniken ... 56
Stammzellentherapie bei Kreuzband- und Knorpelschäden ... 57
Weibliche Harninkontinenz ... 57
Geburtshilfe heute: Sanft und sicher ... 57
Künstliches Schultergelenk ... 57
Osteoporotische Wirbelsäulenfrakturen ... 57
Hüftgelenksarthrose ... 57
Kniegelenkarthrose: Was nun? ... 58
Brustverkleinerung – Befreit von der Last ... 58
Sportmedizin im Alltag ... 58
Fußdeformitäten ... 58
Demenz ... 58
Schmerzen rund um das Hüftgelenk ... 58
Unfall- und Frakturversorgung im Landkreis Schaumburg ... 59
Intensivmedizin heute ... 59
Ein Leben mit Kunstgelenken ... 59
Schmerzmedizin ... 59
Arthroskopische Kniegelenkchirurgie ... 59
Möglichkeiten und Grenzen der minimal-invasiven Chirurgie ... 59
Hüftarthrose ... 59
Adipositas-Chirurgie ... 60
Schulterschmerzen ab 40 ... 60
Stärkung der Eltern-Kind-Bindung ... 60
Wie fördere ich meinen Säugling richtig? ... 60
Frauenherzen schlagen anders ... 61
Die Wechseljahre ... 61
Babies schlafen anders ... 61

Heilmethoden

Fit im Kopf ... 61
Nutzen Sie ihr Gehirn optimal? ... 61

Autogenes Training, Meditation, Entspannung

Autogenes Training nach Professor Schultz ... 62
Anti-Stress-Training ... 62
Einführung in die Meditation ... 62
Gehmeditationen ... 62
Tanz und Meditation ... 63
Schreiben macht einfach Spaß ... 63
Ruhepunkte – Hilfen gegen Stress ... 63
Kraft schöpfen ... 63
Kraft aus der Stille ... 63
Natürlich besser Sehen ... 63

Yoga, Qi Gong

Yoga zum Kennenlernen ... 64
Yoga am Morgen ... 64
Yoga am Vormittag ... 64
Yoga in den späteren Jahren ... 64
Yoga ... 64
Rückenyoga ... 65
Hatha-Yoga am Vormittag ... 65
Hatha-Yoga ... 66
Hatha-Yoga intensiv ... 66
Authentisches Medizinisches Qi Gong ... 66
Mit QiGong durch die Wechseljahre 67
Shaolin – Sehnen – Qi Gong Yi Yin Jing ... 67
Einstieg in das Taiji – Qi Gong ... 67

Massage, Bewegung

Reflexzonenmassage ... 67
Aktiv und schwungvoll durch den Tag ... 67
Fit in den Frühling ... 68
Nordic Walking ... 68
Reaktiv Walking ... 68
Bauch-, Beine-, Po-Gymnastik (BBP) ... 68
Body-Power ... 68
Bodyfit ... 69
Schritt für Schritt dem Körper Gutes tun! ... 69

Pilates, Yohilates

Pilates ... 69
Yogilates und Meditation ... 69
Yogilates und Meditation ... 69

Rückenschule, Gymnastik, Wassergymnastik
Rückenschulung 70
Beckenbodentraining 70
Allgemeine Gymnastik und Wirbelsäulengymnastik 70
Schwimmen und Wassergymnastik . 70

Gesunde Ernährung, Internationale Küche
Vollwerternährung Aufbaukurs 70
Einstieg in die Vollwerternährung 70
Vollwertkost am Vormittag 71
Vollkornbäckerei 71
Fit mit Frischkost 71
Aufstriche selbstgemacht 71
Leicht, aromatisch, gesund und bunt 71
Es muss nicht immer Bratwurst sein 71
Von Marrakesch bis Madagaskar 72
Mandeln, Mojos, Meeresfrüchte 72
Antipasti, Tapas, Mezeler 72

Sprachen

Fachbereichsleitung
Dr. Udo G. Ziert
Telefon: 05721 787119
ziert@vhs-schaumburg.de

Sprachkurs-Informationen
Das VHS-Sprachenprogramm 74
Internationale Prüfungen im VHS-Sprachenprogramm 74
Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen (GER) 76

Integrationskurse
Integrationslotsen – Elternlotsen im Landkreis Schaumburg 75
Information Integrationskurse 76

Einbürgerung
Prüfung Einbürgerungstest 78
Sprachfeststellungstest mündlich A1/A2 (GERR) 78

Sprachliche Grundbildung, Alphabetisierung
Deutsch Lesen, Schreiben und Rechnen von Anfang an 75
Lesen und Schreiben lernen 75
Übergangskurs DaF 1 75
Übergangskurs DaF 2 75

Deutsch
Deutsch Grundstufe ohne Vorkenntnisse (A1) 79
Deutsch Grundstufe ohne/mit geringen Vorkenntnisse/n (A1) 79
Deutsch Grundstufe mit geringen Vorkenntnissen (A1/A2) 79
Deutsch Grundstufe mit Vorkenntnissen (A1+/A2) 79
Deutsch Intensiv Mittelstufe (A2+/B1) 79
Deutsch Grundstufe mit erweiterten Vorkenntnissen (B1/B1+) 79
Deutsch Mittelstufe (B1/B2) 79
Deutsch Aufbaustufe (B2/C1) 79
Deutsch Hochschuleingangsprüfung (DSH) / Kleines Deutsches Sprachdiplom / Oberstufen-Zertifikat (Goethe-Institut) 80
Diskussionsforum Deutsch 80
Deutsch Schreibwerkstatt (B1+/B2) . 80
Deutsch für Pflegekräfte 80
Sütterlinschrift lesen und schreiben 80
Plattdeutsch 80

Sprachprüfungen für Schüler/innen
Delf scolaire: Französisch 81
telc Language Tests: Englisch – Spanisch 81

Englisch
Englisch Auffrischung Grundstufe Bildungsurlaub (A2) 82
Englisch Auffrischung Mittelstufe Bildungsurlaub (B1) 82
Business English Bildungsurlaub 83
Englisch Grundstufe 1 (A1) 83
Englisch Grundstufe 1 (A2) 83
Englisch Grundstufe 2 (A1) 83
Englisch Grundstufe 3 (A1) 83
Englisch Grundstufe 4 (A2) 84
Englisch Grundstufe 5 (A2) 84
Englisch Grundstufe 6 (A2) 84
Englisch Mittelstufe 2 (B1) 84
Englisch Mittelstufe 3 (B1) 85
Englisch Auffrischung (B1) 85
English Grammar & Speaking 85
English Conversation A2/B1 85
English Conversation B1/B2 85
Business English Bildungsurlaub 86
Englisch für Büroberufe, Teil 1 86
Englisch für Büroberufe, Teil 2 87
Fit für das Abitur 87

Französisch
Französisch 1 Bildungsurlaub (A1) .. 87
Französisch 2 Bildungsurlaub (A1) .. 87
Französisch 3 Bildungsurlaub (A1) .. 87
Französisch Grundstufe 1 (A1) 88
Französisch Grundstufe 2 (A1) 88
Französisch Grundstufe 3 (A1) 88
Französisch Auffrischung Grundstufe (A2) 88
Französisch Grundstufe 4 (A2) 88
Französisch Mittelstufe 2 (B1) 88
Französisch Mittelstufe 3 (B1) 88
Französisch Auffrischung Mittelstufe (B1) 88
Französisch Conversation de tous les jours 89
Französisch Conversation 89

Spanisch

Spanisch 1 Bildungsurlaub (A1) 89
Spanisch 2 Bildungsurlaub (A1) 89
Spanisch 3 Bildungsurlaub (A1) 90
Spanisch Grundstufe 2 (A1) 90
Spanisch Grundstufe 3 (A1) 90
Spanisch Grundstufe 4 (A2) 90
Spanisch Grundstufe 6 (A2) 90

Italienisch

Italienisch 1 Bildungsurlaub (A1) 91
Italienisch 2 Bildungsurlaub (A1) 91
Italienisch Grundstufe 2 (A1) 91
Italienisch Grundstufe 4 (A2) 91
Italienisch Grundstufe 5 (A2) 91
Italienisch Grundstufe 6 (A2) 91
Italienisch Mittelstufe 3 (B1) 91

Sonstige Fremdsprachen

Arabisch Grundstufe 1 (A1) 92
Katalanisch 92
Niederländisch Grundstufe 1 (A1) 92
Niederländisch Grundstufe 2 (A1) 92
Polnisch Schnupperkurs 93
Polnisch Grundstufe 2 93
Polnisch Grundstufe 5 93
Russisch 93
Schwedisch Kompakt
Grundstufe 1 (A1) 93
Schwedisch Kompakt
Grundstufe 2 (A1) 93
Schwedisch Oberstufe 93
Türkisch 93
Ausflug in die Körper- und
Gebärdensprache 94
Gebärdensprache zum Schnuppern 94
Deutsche Gebärdensprache (DGS). 94
„Wir gebärden Lieder“
S(w)inging hands 94

Beruf

Fachbereichsleitung
Dirk Eickstädt
Telefon: 05721 787117
eickstaedt@vhs-schaumburg.de

Computer Basiswissen

Kenntnis- und Fertigkeitsprofil
Computernutzer/innen 96
Erste Schritte am Computer /
Windows 97
Computer-Aufbaukurs 97
Tastschreiben am Computer 97
Computer Aktuell 98
Effektiver Umstieg auf
Windows 8.1 und Office 2013 98
Textverarbeitung Word Einstieg 98
Tabellenkalkulation Excel Einstieg .. 99
PowerPoint Einstieg 99
Internet Einstieg 99
Vom Digitalbild zum persönlichen
Fotobuch 99
Computer Basiswissen 99
Computer Basiswissen, Mobile
Computing 100
Wege aus dem Mediendschungel .. 100
Facharbeiten/Hausarbeiten
für Abiturienten/innen und
Studenten/innen 100

Mobile Computing

Viel-Leser/innen aufgepasst! –
eBooks und eBook-Reader 100
Die bunte Welt der Tablets 100
iPhone und iPad – Grundlagen 101
iPhone und iPad –
für Fortgeschrittene (Specials) 101
iPad – Erste Schritte mit Pages und
Numbers von Apple 101
iTunes – Musik und mehr
von Apple 101
Android-Smartphone und Tablet
im Griff 102
Bedienung und Tipps für
Windows Phone Handys 102

Computer im Beruf

Windows 8 – Kompakter
Umstieg/Einstieg 102
MS Word Einstieg 103
MS Word Aufbau 103
MS Word Seriendruck 103
MS Word
Geschäftskorrespondenz 104
MS Excel Einstieg 104
MS Excel Aufbau 104
MS Excel – Pivot-Tabellen,
Sortieren und Filtern 104
Excel – Einführung in das
Arbeiten mit Makros 104
MS Outlook 105
Informationsmanagement mit
Microsoft OneNote 105
Zeitmanagement mit Outlook 105

Specials

Überzeugend Präsentieren mit
Power Point 106
Raspberry Pi 106
Webseiten erstellen und
bearbeiten mit Jimdo Teil 1 106
Der eigene Webauftritt
JIMDO Teil 2 107
Linux für Umsteiger und Einsteiger 107
Linux installieren und nutzen 107
Microsoft Office 2010 108

Zusammenarbeit mit der VHS Hameln-Pyrmont

Einfach Homepages erstellen
mit dem Joomla-CMS 109
Homepage ausbauen
mit dem Joomla-CMS 109
Typo3 für Redakteure 109
Mobilfunktaugliche Webseiten
erstellen 109
Adobe Ideas auf Ihrem iPad 110
Meine Chat App 110
Apps – beliebter denn je:
Die Top 20 im Überblick 110

Senioren/innen am Computer
Warum gibt es Kurse für Seniorinnen und Senioren 111
Computer-Einstieg 111
Computer-Aufbaukurs 111
Lernen Sie Ihr eigenes Notebook kennen! 112
Computerclub für Senioren/innen .. 112
Internet Recherchieren 112
E-Mail, Skype & Co. 113
Gemeinsam in die Ferne schweifen 113
Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch 113
Android-Smartphone und Tablet im Griff 113

Wirtschaftsakakdemie Weserbergland
Windows Server 2012 R2 115
Exchange Server 2013 115

Personal- und Sachkompetenzen
Prezi 116
Überzeugendes Auftreten im Bewerbungsgespräch 116
Tipps, Tricks und Techniken für gute Texte im Beruf 116

Junge VHS
10-Finger-Tastschreiben 117
Lernen! – Darf es auch etwas schneller sein? 117
Übergang Schule – Beruf 117
Kreativer denken und lernen? – Jeder kann es lernen! 117

Kaufmännische Abschlüsse
Finanzbuchhalter/in 118
Bilanzierung 119
Buchführung I (IKR) 119
Buchführung II (IKR) 119
Betriebliches Steuerrecht 119

Frau und Wirtschaft
„Initiative Rinteln“ 120
„Initiative Lauenhagen“ 120
Selbst- und Fremdwahrnehmung ... 120
Marke „Ich“ 121
Professionelle Büroassistenz 121
Wiedereinsteigen – und sich gut präsentieren 121

vhsConcept
„Auf dem Weg bleiben“ 122
Office Kompakt 122
Fachkraft Kleinstkindpädagogik 122
Einführung in die Systemische Familienberatung 123
Systemische/r Familienberater/in (VHS) 123
Aufbaukurs Systemische/r Familienberater/in 123
Professionelle Kommunikation und Beratungskompetenz 123
vhsConcept – Lehrgänge im vhs Regionalverbund Hannover 123

Projekte im Auftrag des JobCenters Schaumburg 125

Medienpädagogik: Fortbildung für Lehrer/innen
Die Arbeit am SmartBoard für Fortgeschrittene 125
Einführungsseminar in die Arbeit am SmartBoard 126
Die Arbeit mit der Videokamera 126
Einführung in die Arbeit mit der Trickboxx 126
Einführung in die Arbeit mit der 3-D-Trickboxx 126

Sommeruniversität Rinteln 127

Weserbergland Region plus 128

Offene Hochschule 129

ProfilPass 130

Grundbildung

Fachbereichsleitung
Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05751 890214
unger-knippschild@vhs-schaumburg.de

Lernförderangebote
Deutsch Lesen, Schreiben und Rechnen von Anfang an 132
Lesen und Schreiben lernen 132
Lesen und Schreiben lernen 132
Fit für das Abitur 132
Lernförderung im Rahmen des Pakets Bildung und Teilhabe 133

Zweiter Bildungsweg
Informationen zum Zweiten Bildungsweg 133
Abendhaupt- / Abendrealschule 134
Abitur für Nichtschüler/innen 134
Abitur für Nichtschüler/innen 135
Tageshaupt- / Tagesrealschule in Rinteln 135
Tageshaupt- / Tagesrealschule in Stadthagen 135

Angebote in Ihrem Ort 136

Impressum, Allgemeine Geschäftsbedingungen 147

Programmbereich Gesellschaft

Ihre Ansprechpartnerin
in der VHS Schaumburg:

Dunja Cordes
Telefon: 05721 787115
cordes@vhs-schaumburg.de

VHS: Demokratische Orte des Lernens

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und die allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und entwickelt werden.

Das Programmangebot des Fachbereichs „Politik – Gesellschaft – Umwelt“ ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Die Volkshochschulen halten hier ein breites Angebot zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln vor.

Die Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen, mit spannenden und kreativen Methoden.

Themen im Propgrammbereich

- Gesellschaft, Politik
- Heimatgeschichte, Energie, Klima
- Ökologie, Natur
- Philosophie, Religion, Pädagogik
- Familienzentrum, Jugendamt
- Psychologie, Kommunikation, Rhetorik
- Berufliche Kompetenzen
- Älter werden im Beruf
- Menschen mit Behinderung
- Ehrenamt
- Hospiz, Junge VHS

Politik braucht Frauen

In Kooperation mit dem Frauenbüro des Landkreises Schaumburg bietet die VHS Schaumburg verschiedene Veranstaltungen im Rahmen des Niedersächsischen Mentoring-Programms „Politik braucht Frauen!“ zur Kommunalwahl 2016 an.
Diese Kurse sind offen für alle Interessierten (vorrangig für Mentees und Mentorinnen/Mentoren). Die Anmeldung ist nur über die VHS Schaumburg unter der Angabe der Kurs-Nr. unter www.vhs-schaumburg.de oder telefonisch unter 05721 7870 möglich. Für weitere Fragen steht Ihnen das Frauenbüro unter der Telefonnummer 05721 703257 zur Verfügung.

Selbsteinschätzung/Stärken erkennen – worum geht es?

In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit einem persönlichen Imageprofil. Im Zentrum steht die Frage, wie kann ich mich als Person mit meinen Fähigkeiten und Kenntnissen als Person gezielt präsentieren, denn in der Politik ist die Person immer auch Botschaft. Wir erstellen individuelle Profile für den persönlichen politischen Weg.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Erika Weber
Sa, 19.09., 09.30 - 17.00 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 09.09.
KursNr: 220215

Politik braucht Frauen!

Niedersächsisches Mentoring-Programm zur Kommunalwahl 2016

Eine gelingende Mentoring-Partnerschaft gestalten!
Vorbereitung für Mentees und ihre Mentorinnen und Mentoren.
Ein Jahr arbeiten Nachwuchspolitikerinnen in dem Programm Politik braucht Frauen mit erfahrenen „Polit-Profis“ vertrauensvoll und aktiv in der Lernpartnerschaft zusammen. Um die Zeit der Zusammenarbeit optimal zu nutzen, werden Sie in das Mentoring eingeführt: was sind Ihre jeweiligen Rollen und Aufgaben als Mentees und Mentoren/innen, wie gestalten Sie die Partnerschaft, was ist hilfreich und was sollte man lassen. Gemeinsam tauschen Sie Ihre Vorstellungen für das Jahr aus, planen die ersten Schritte und treffen eine Vereinbarung als Grundlage für das Mentoringjahr.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Petra-Johanna Regner
Fr, 16.01., 14.00 - 19.30 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 06.01.
KursNr: 160415

Der Einstieg in das politische Geschäft – worum geht es?

Wenn auch oft gefordert und gewünscht, nach wie vor werden Männer und Frauen in der politischen Welt unterschiedlich betrachtet. In diesem Seminar geht es um das „politische Geschäft“, das doch sehr „eigen“ ist, um die Zuschreibungen und Rollen von Frauen in der Politik und darum wie ich mich in einer Welt, in der Netzwerke, Beziehungen, Macht, Dilemmata und Konflikte auf der Tagesordnung stehen, bewegen kann.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Erika Weber
Sa, 07.03., 09.30 - 17.00 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 25.02.
KursNr: 124315

Präsent Sein – Sich Präsentieren

Freie Rede leicht gemacht

Den wenigsten Frauen ist es in die Wiege gelegt, selbstsicher, frei und ungehemmt aufzutreten. Da obliegen Bescheidenheit, Schüchternheit und vornehme Zurückhaltung. Aber je stärker wir uns profilieren wollen, desto notwendiger ist es, sich selbst und seine Anliegen öffentlich zu präsentieren. Denn Ihre Rede kann ein Erfolg sein! Das Seminar setzt da an, wo das Wissen und der Mut sich vorteilhaft in Szene zu setzen, aufhört. Das Seminar erweitert die Sicherheit, sich auf die in uns vorhandenen Fähigkeiten verlassen zu können.

- Es werden Auftritte geübt, um Sie durch die Erfahrung sicherer zu machen.
- Sie werden herausgefordert, wo Sie Unterstützung brauchen, um Hemmungen zu überwinden, mutiger zu sein.

Das Seminar unterstützt da, wo die Atmung stockt, die Stimme versagt, der Kopf streikt und der Körper erstarrt. Durch Atem- und Bewegungsübungen werden Sie lernen, dass Aufregung nicht in Verkrampfung enden muss, sondern in Lebendigkeit münden kann. Sie werden den Charme der eigenen Stimme und deren Wirkung auf andere kennenlernen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Beate Josten
Fr, 13.03., 15.00 - 18.00 Uhr
Fr, 20.03., 15.00 - 18.00 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 03.03.
KursNr: 224215

Regner

Horst Wackerbarth

Fügmann

Landesbischof Dr. Karl-Hinrich Manzke

Mein Weg in die Politik

Wir kennen alle Frau Prof. Dr. Rita Süßmuth als unermüdliche Kämpferin für Gleichberechtigung und gerechte Teilhabe der Geschlechter am gesellschaftlichen Leben. Sie ist Vorbild und Ermutigung zugleich. Mit ihrem Vortrag wird sie über ihre Erfahrungen als Politikerin berichten. Im Hinblick auf das niedersächsische Mentoring-Programm „Politik braucht Frauen!“ macht sie den Interessierten sicher Mut, wird aber auch klar zum Ausdruck bringen, auf welche Besonderheiten und Herausforderungen sich Frauen im politischen Geschäft gefasst machen sollten. Zu der Veranstaltung sind alle eingeladen, die schon immer mal eine Persönlichkeit erleben wollten, die nie nachlässt nach vielen Jahren der aktiven ehrenamtlichen Arbeit.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Prof. Dr. Rita Süßmuth
Fr, 08.05., 17.00 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 29.04.
KursNr: 124215

Nachgefragt bei ...

Marc Fügmann

Marc Fügmann ist seit einem Jahr Chefredakteur der Schaumburger Nachrichten. Das Schaumburger Land ist für ihn kein Neuland - er kennt das Leben im Landkreis sehr gut und lebt mit seiner Familie hier. An diesem Abend wird der Jurist und Journalist Fügmann berichten, mit welchen Herausforderungen er konfrontiert wurde und welche Chancen er „dem gedruckten Papier“ zukünftig einräumt. Die Veränderung der Medienlandschaft beschäftigt den Mann, der einen großen Teil seines Lebens in Zeitungsredaktionen zugebracht hat, sehr.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Marc Fügmann
Mo, 02.03., 19.00 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 21.02.
KursNr: 125215

Katharina von Bora – die bessere Hälfte von Martin Luther

Wer sie war, was sie wollte – der Blick auf eine auch noch heute beeindruckende Persönlichkeit.
Am 13. Juni 1525 ereignete sich in Wittenberg eine Sensation! Der Mönch Martin Luther heiratete die Nonne Katharina von Bora. Dieses Ereignis jährt sich im Juni 2015 zum 490. Mal – und ist eine Etappe in der Entwicklung der evangelischen Kirche. Deswegen lohnt sich auch noch heute ein Blick auf die Persönlichkeit an Martin Luthers Seite. Wer sie war, was sie wollte, welchen Anteil sie an der Entwicklung Martin Luthers gehabt hat – das soll in diesem Vortrag mit Bezug auf die Gegenwart entfaltet werden. Es lohnt sich, einen Blick auf eine bemerkenswerte und großartige Frau, die zur Reformationsgeschichte unbedingt dazu gehört, zu werfen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Landesbischof Dr. Karl-Hinrich Manzke
Do, 18.06., 19.00 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 08.06.
KursNr: 245515

TIPP
Anmeldung
Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Auf dem Laufenden bleiben

In einer sich ständig verändernden Welt ist es besonders wichtig, auf dem Laufenden zu bleiben, um mitreden zu können. Der Kurs behandelt aktuelle Themen des Alltags, der Politik, des Arbeitslebens, der Freizeit, der Erziehung und des menschlichen Zusammenlebens und liefert die Nachricht hinter der Nachricht.
Um aber nicht nur Informationen aus zweiter Hand zu erhalten, bietet der Kurs auch - in Absprache mit den Teilnehmenden - eine themenorientierte Exkursion (dafür entstehende Kosten übernehmen die Teilnehmenden selbst).

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jürgen Wiemer
Mi, 04.02., 09.30 - 11.00 Uhr,
10 Vormittage
41,00 EUR
KursNr: 124115

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jürgen Wiemer
Do, 05.02., 09.00 - 10.30 Uhr,
10 Vormittage
41,00 EUR
KursNr: 124112

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jürgen Wiemer
Do, 05.02., 10.45 - 12.15 Uhr,
10 Vormittage
41,00 EUR
KursNr: 124212

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Jürgen Wiemer
Di, 10.02., 09.30 - 11.00 Uhr,
10 Vormittage
41,00 EUR
KursNr: 124102

Gesprächskreis 1

Für Frauen über 65

Miteinander reden - voneinander lernen. Niemand weiß alles, jeder hat Fragen, seien sie persönlicher, politischer oder gesellschaftlicher Natur. In unserem Gesprächskreis finden wir gemeinsam die Antworten, indem wir einander begegnen, miteinander reden und aktiv werden, voneinander lernen und füreinander da sind.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Anne-Katrin Link
Di, 24.02., 10.00 - 12.15 Uhr,
5 Vormittage (14-täglich)
22,00 EUR
KursNr: 124312

Gesprächskreis 2

Für Frauen über 65

Miteinander reden - voneinander lernen. Niemand weiß alles, jeder hat Fragen, seien sie persönlicher, politischer oder gesellschaftlicher Natur. In unserem Gesprächskreis finden wir gemeinsam die Antworten, indem wir einander begegnen, miteinander reden und aktiv werden, voneinander lernen und füreinander da sind.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Anne-Katrin Link
Di, 03.03., 10.00 - 12.15 Uhr,
5 Vormittage (14-täglich)
22,00 EUR
KursNr: 124412

Gewalt und Fußball

Das Seminar greift die seit Jahren eher wachsende Problematik der Gewalt im Bereich des Fußballs innerhalb und außerhalb der Stadien auf, arbeitet die Symptome und Erscheinungsbilder heraus und versucht Lösungsmöglichkeiten aufzuzeigen. Die Zahl der Verletzten (plus 120 %) und der Strafverfahren (plus 70 %) steigt leider nicht nur im Zusammenhang mit Profiligen, sondern zunehmend auch im Bereich der unteren Fußballklassen. Eine Diskussion und die Suche nach – rechtlich sinnvollen und möglichen – Lösungsansätzen (z. B. bessere Videoüberwachung in den Stadien, mehr Möglichkeiten für die Polizei, schnellere Aufarbeitung entsprechender Straftaten durch die Justiz, Beteiligung der Vereine an den Kosten der Gefahrenabwehr etc.) sind Ziel des Seminars. Darüber hinaus werden die Teilnehmenden der Frage nachgehen, warum diese Gewaltexzesse in anderen Sportarten (z. B. Eishockey) eine weit geringere Rolle spielen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Hans-Jürgen Mahnkopf
Do, 05.03., 18.30 - 20.45 Uhr
Do, 12.03., 18.30 - 20.45 Uhr
17,00 EUR
Anmeldeschluss: 24.02.
KursNr: 154315

DUO – Gemeinsam leben macht stark

Alltagsbegleitung und Haushaltsassistenz für Senioren/innen

Der Senioren- und Pflegestützpunkt des Landkreises Schaumburg bietet in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Schaumburg ein Qualifizierungsprogramm zur ehrenamtlichen Alltagsbegleitung und Haushaltsassistenz bei älteren Menschen an. Das Programm DUO soll Senioren/innen helfen, so lange wie möglich ein selbstständiges und selbst bestimmtes Leben in der eigenen Wohnung zu führen.
Der Kurs ist für Personen konzipiert, die Freude am Umgang mit älteren Menschen haben und sich für eine ehrenamtliche Tätigkeit interessieren. Sie erhalten eine qualifizierte Ausbildung für die ehrenamtliche Tätigkeit. Dabei sind berufliche Qualifikation und Ihr Alter nebensächlich.
Die Qualifizierung DUO richtet sich an Freiwillige, die sich anschließend für die Vermittlung durch den Senioren- und Pflegestützpunkt zur Verfügung stellen und ist Dank der Förderung durch das Land Niedersachsen kostenlos.
Weitere Informationen:
Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05751 890214
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21A
Informationstermin:
Fr. 17.04., 10.00 Uhr
Bitte lassen Sie sich vormerken!
KursNr: 164515

Ich will so bleiben wie ich bin!

Für Frauen ab Konfektionsgröße 50

Geht Ihnen der Abnehm-Wahnsinn auch auf die Nerven? Warum dürfen wir Rubens-Frauen nicht einfach so bleiben, wie wir sind? Sicherlich sind die gesundheitlichen Beeinträchtigungen durch Übergewicht nicht von der Hand zu weisen, trotzdem muss es doch Frauen geben, die wie ich nicht auf diesem Trip sind und einfach so bleiben möchten, wie sie sind. Dieser Tag ist für uns Frauen ab Konfektionsgröße 50! Wir sprechen über positive Wirkung mit Hilfe von Körpersprache, über Mode, Gesundheit, Sport und viel wichtiger: Über UNS.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Claudia Kraupner
Sa, 11.07., 10.00 - 15.00 Uhr
16,50 EUR
Anmeldeschluss: 01.07.
KursNr: 224315

TIPP

Anmeldeschluss versäumt?
Rufen Sie uns an. Es lohnt sich nachzufragen, ob noch ein Platz frei ist.

BU

Kassel – der Weg zum Weltkulturerbe

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost

Kassels Bergpark Wilhelmshöhe mit dem Schloss, der monumentalen Herkulesfigur und den Wasserspielen hat im Sommer 2013 von der UNESCO den Titel Weltkulturerbe verliehen bekommen. Welche Bedeutung und Auswirkung hat diese Auszeichnung? Kassel ist bekannt dafür, dass die Brüder Grimm dort ihre „Hausmärchen“ niederschrieben, dass Henschel seine legendäre Dampflokomotive „Drache“ baute. Das Stadtbild dieser kulturell und wirtschaftlich reichen Stadt ist vor allem durch den Wiederaufbau nach dem Zweiten Weltkrieg geprägt. Durch innovative Ideen wurden schon bald nach Kriegsende neue Akzente gesetzt. Seit 1955 beherbergt z. B. das älteste öffentliche Museum Europas, das Fridericianum, regelmäßig die Weltausstellung für Gegenwartskunst, die documenta. Einzigartige Kunstsammlungen, barocke Parkanlagen und traditionsreiche Industrie zeichnen Kassel heute aus. Im Seminar untersuchen wir die Entwicklung dieser ungewöhnlichen Stadt von der Kriegszerstörung bis zur Auszeichnung zum Weltkulturerbe, das als „ein einzigartiges Gesamtkunstwerk aus Kunst, Technik und Architektur“ bezeichnet wird. Wir erschließen uns Kassel und seine Entwicklungsgeschichte durch Recherchen, Gespräche und Führungen.

Kassel, Hotel Chassalla
Regina Ulwer
Mo, 18.05., 14.00 Uhr
bis Fr, 22.05., 14.00 Uhr
Bildungsurlaub
390,00 EUR
inkl. Übernachtung und Frühstück
(EZ-Zuschlag: 84,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
Anmeldeschluss: 11.04.
KursNr: 124500

BU

Görlitz – im Osten Deutschlands und mitten in Europa

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost

Görlitz ist die am östlichsten gelegene deutsche Stadt, zugleich aber auch eine Stadt der Mitte, durch die schon im Mittelalter die bedeutendsten Handelswege Europas führten. Görlitz ist eine Stadt in der Lausitz mit schlesischen und preußischen Wurzeln und eine wichtige Drehscheibe zu Polen und zu Osteuropa. Görlitz war früher eine Stadt an zwei Seiten eines Flusses, der Neiße. Seit 1945 sind Görlitz und das polnische Zgorzelec durch die Grenze getrennt. Görlitz und die polnische Schwesterstadt Zgorzelec verstehen sich als eine „Europastadt“ und hatten sich gemeinsam um den Titel einer europäischen Kulturhauptstadt beworben.
Zu DDR-Zeiten sollte Görlitz eine Modellstadt der Altbausanierung sein – tatsächlich verfielen große Teile der Altstadt. Heute ist Görlitz ein Beispiel für die gelungene Rekonstruktion historischer Bausubstanz und wird wegen ihrer Schönheit bewundert. Aber Görlitz kämpft auch wie andere Städte Ostdeutschlands mit großen Problemen – dem Verlust von Arbeitsplätzen und dem Bevölkerungsrückgang.
Welche Chancen bieten unter diesen Umständen die geografische Lage von Görlitz und der Beitritt von Polen zur Europäischen Union? Wie wird sich dieser Prozess der Annäherung vollziehen und welche Risiken birgt er möglicherweise?
Wir werden uns im Seminar mit der Geschichte, der Gegenwart und vor allem den Perspektiven von Görlitz auseinandersetzen - durch Gespräche westlich und östlich der Neiße.

Görlitz, Denkmalakademie
Klaus Huntemann
So, 31.05., 18.00 Uhr
bis Fr, 05.06., 12.30 Uhr
Bildungsurlaub
380,00 EUR
inkl. Unterkunft und Frühstück
(EZ-Zuschlag = 62,50 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
Anmeldeschluss: 10.04.
KursNr: 124400

BU

Berlin aktuell

Hauptstadtentwicklung, Politik, Geschichte, Kultur

In Zusammenarbeit mit der
VHS Lippe-Ost
Entdecken Sie die neue alte Hauptstadt. In keiner anderen Stadt spiegelt sich deutsche Geschichte, die politische, gesellschaftliche und kulturelle Entwicklung so intensiv und spannungsreich wie in Berlin. Das Seminar gibt Einblick in das aktuelle Stadtleben und vergegenwärtigt historische Spuren ebenso wie das aktuelle Wirken politischer, sozialer und kultureller Kräfte in der Stadt.
Wir werden die Stadt während einer Rundfahrt und Erkundungen durch verschiedene Stadtbezirke in Ost und West neu entdecken. Stadtentwicklung, Metropole versus „Kiez“, Zusammenleben unterschiedlichster Kulturen, aber auch Geschichte, Kunst, Kultur und Zeitgeist sollen Beachtung finden. Schwerpunkte des Seminars bilden das Zusammenwachsen von Ost und West, die Hauptstadtentwicklung und deren Auswirkungen.

Berlin, Sophienhof
Rainer Jaeschke
Mo, 08.06., 14.00 Uhr
bis Fr, 12.06., 14.00 Uhr
Bildungsurlaub
335,00 EUR
inkl. Unterkunft und Frühstück
(EZ-Zuschlag = 118,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte (außer Kosten für öffentliche Verkehrsmittel)
Anmeldeschluss: 02.03.
KursNr: 124300

Berlin, Sophienhof
Rainer Jaeschke
Mo, 12.10., 14.00 Uhr
bis Fr, 16.10., 14.00 Uhr
Bildungsurlaub
335,00 EUR
inkl. Unterkunft und Frühstück
(EZ-Zuschlag = 118,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte (außer Kosten für öffentliche Verkehrsmittel)
Anmeldeschluss: 02.07.
KursNr: 120300

BU

Dresden – eine Stadt erzählt ihre Geschichte

In Zusammenarbeit mit der
VHS Lippe-Ost
Dresden - der Name von Sachsens Hauptstadt steht für das barocke Ensemble der Altstadt, für Frauenkirche, Semperoper und Zwinger, aber auch für die Zerstörung 1945, den Wiederaufbau und für aktuelle Entwicklungen wie den Verlust des Weltkulturerbetitels. Dresden bietet viel mehr als das, was viele Besucher gewöhnlich sehen. Wir folgen den „Spuren der Steine“, die viel über die Geschichte der Stadt und ihrer Menschen erzählen können – über das Leben zu Zeiten August des Starken, in der Gründerzeit, im Faschismus, zu DDR-Zeiten und heute. Wir werden wir mit Experten/innen sprechen und uns in verschiedenen Stadtteilen bewegen und somit ein Stück Zeitgeschichte erlebbar machen.
Themenschwerpunkte:
- Geschichte der Stadt
- Entwicklung
- Dresden als Kulturstadt
- das Elbtal und das Weltkulturerbe
- politische, soziale Veränderungen
- Spuren jüdischen Lebens
- Zukunft der Stadt.

Dresden, Ibis-Hotel Königstein
Klaus Huntemann
Mo, 06.07., 14.00 Uhr
bis Fr, 10.07., 14.00 Uhr
Bildungsurlaub
405,00 EUR
inkl. Unterkunft und Frühstück
(EZ-Zuschlag = 90,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
Anmeldeschluss: 01.04.
KursNr: 125300

689294_original_R_K_B_by_Rainer Sturm_pixelio

BU

Weimar – zwischen Klassik und Gegenwart

In Zusammenarbeit mit der
VHS Lippe-Ost
Der Name Weimar ist eng verbunden mit der deutschen Klassik – vor allem mit Goethe, Schiller, Herder und Wieland. Die Weimarer Klassik gehört zum Weltkulturerbe. In Weimar wurde das Bauhaus gegründet und bald wieder vertrieben. Weimar war für kurze Zeit die Hauptstadt Deutschlands, und der Name ist Synonym für eine Epoche der deutschen Geschichte: der Weimarer Republik. Zu Weimar gehören aber auch der Faschismus und das Konzentrationslager Buchenwald. Mit der Wahl zur europäischen Kulturhauptstadt des Jahres 1999 wurde Weimar noch bekannter.
Weimar ist aber auch eine kleine Stadt in Thüringen, in der über 60.000 Menschen leben, die nicht nur auf die Vergangenheit zurück blicken, sondern dort arbeiten und wohnen. Deshalb wollen wir uns auch mit dem Weimar „von heute“ beschäftigen.
Im Seminar wollen wir die Geschichte Weimars reflektieren – durch Führungen, Besuche, Exkursionen und Diskussionen.
Themenschwerpunkte:
- die Weimarer Klassik, das kulturelle Erbe und die Wirkungen bis heute
- Weimar und die Weimarer Republik
- der Nationalsozialismus und Buchenwald
- Weimar in der DDR
- die Entwicklung der Stadt seit der Vereinigung
- Arbeiten und Leben im Weimar von heute
- die Perspektiven der Menschen

Weimar, Hotel Zur Sonne
Klaus Huntemann
Mo, 07.09., 14.00 Uhr
bis Fr, 11.09., 14.00 Uhr
Bildungsurlaub
385,00 EUR
inkl. Übernachtung und Frühstück
(EZ-Zuschlag = 52,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
Anmeldeschluss: 29.06.
KursNr: 120500

BU

Leipzig – der Wandel der Stadt und die Veränderungen im Leben der Menschen

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost
Mittlerweile liegt der Jahrestag der „friedlichen Revolution“ mehr als fünfzwanzig Jahre zurück. Welche Entwicklung hat Leipzig seit diesen Tagen genommen? Was ist neu, was ist anders, und wo sind die Veränderungen in den letzten Jahren eher unmerklich geschehen?
Die Ereignisse des Herbstes 1989 bilden den Ausgangspunkt unserer Spurensuche. Wir machen einen Rundgang auf den Spuren der friedlichen Revolution und setzen uns mit dem System des damaligen Staatsapparates auseinander. Wir fragen, wie die Akteure von damals die Resultate der Wende einschätzen, und wir blicken auf die aktuelle Situation Leipzigs.
Dazu werden wir das Leipzig von heute im Wortsinn erkunden. Nicht alle Blütenträume von vor zwanzig Jahren haben sich erfüllt. Wie sieht das Leipzig von heute angesichts der erfolgten Deindustrialisierung aus? Die Arbeitslosigkeit ist deutlich höher als in der Nachbarstadt Dresden, aber Leipzig ist auch und vor allem eine junge und pulsierende Halb-Millionen-Stadt mit einer spürbaren Aufbruchsstimmung.
Wir reden mit den Akteuren von damals, sehen uns aber auch in unterschiedlichen Stadtteilen um: im Gründerzeitviertel, in den neuen Wohngebieten, bei den alten Industriebrachen und in der „Platte“. Das Seminar versucht, Leipzigs Entwicklung nachzuzeichnen und damit auch eine Bilanz der deutschen Einheit zu ziehen.
Leipzig, Hotel Motel One Leipzig-Nikolaikirche
Klaus Huntemann
Mo, 28.09., 14.00 Uhr
bis Fr, 02.10., 14.00 Uhr
Bildungsurlaub
425,00 EUR
inkl. Übernachtung und Frühstück
(EZ-Zuschlag = 158,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
KursNr: 120600

BU

Ostfriesland und sein besonderer Charme

Tourismus: Marketing, PR, Werbung, Eventmanagement in der Praxis

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost
Wir lernen am Beispiel Ostfriesland, wie sich eine Küstenregion unter Wahrung ihrer eigenen Identität touristisch vermarktet. Gemeinsam oder in Kleingruppen erkundigen wir Ostfriesland und tauschen uns über die Ergebnisse aus. Berücksichtigt werden dabei Aspekte von Recherche-, Kultur-, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit sowie Marketing, Werbung und Eventmanagement. Wir besuchen Multiplikatoren, Ausstellungsorte und Informationszentren. Vor Ort erforschen wir ob und wie überzeugend sich eine Region diversen Zielgruppen gegenüber präsentiert.
Greetsiel, Hohes Haus
Wolfgang Uhle
Mo, 26.10., 14.00 Uhr
bis Fr, 30.10., 14.00 Uhr
Bildungsurlaub
400,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 126,00 EUR)
Anmeldeschluss: 25.08.
KursNr: 220300

Schaumburger Bergbau

Der Arbeitskreis hat sich vor über 20 Jahren mit dem Ziel gebildet, eine Darstellung des Bergbaus in unserem Raum zu erstellen, die Tradition des Bergbaus zu pflegen und andere Bergbauregionen kennen zu lernen und zu befahren.
Beim ersten Treffen wird über die bisherige Arbeit und die zukünftigen Vorhaben informiert und die weiteren Termine – auch die der Exkursionen – werden festgelegt.
Hagenburg, „Annes Treff“, Steinhuder-Meer-Straße
Erich Hofmeister
Mi, 25.02., 19.30 - 21.30 Uhr,
6 Abende
gebührenfrei
KursNr: 114314

Gedenkstätten und andere Formen der Erinnerungskultur in Schaumburg

Im Jahr 2015 jährt sich das Ende des Zweiten Weltkrieges zum 70. Mal. Seit den 1980er Jahren haben verschiedenste Forschungen, besonders durch Nachfragen der jungen Generation, die Vergangenheit aufgearbeitet. Im Mittelpunkt dieser Spurensuche standen Zeitzeugengespräche vor Ort. Die heutige Situation, dass viele Zeitzeugen nicht mehr am Leben sind, macht eine andere Erinnerungskultur notwendig. An diesem Abend werden Gedenkstätten in Schaumburg vorgestellt, die anfangs häufig auf große Widerstände stießen und damit Ausdruck der historischen Auseinandersetzung waren. Anhand des geplanten Erinnerungs- und Lernortes der ehemaligen Synagoge in Stadthagen soll beispielhaft demonstriert werden, wie eine Idee durch eine breite Bürgerbeteiligung praktisch umgesetzt werden konnte.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Klaus Maiwald
Do, 19.03., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 09.03.
KursNr: 114115

TIPP

„Kleingedrucktes“
Die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS“ sind – klar und gut leserlich – auf der vorletzten Seite abgedruckt.

Schaumburg ist bunt

Eine gemeinsame Aktion der Arbeiterwohlfahrt, des Landkreises Schaumburg und der Volkshochschule.
Wir wollen erreichen, dass alle Bürgerinnen und Bürger des Landkreises ein Zeichen für ihre Weltoffenheit, Toleranz und Gewaltfreiheit setzen.
Wir wollen einmal genauer hinschauen, wie vielfältig und bunt unser Landkreis durch Menschen anderer Nationen und Kulturen geworden ist.
„Schaumburg ist bunt“ soll einen Gegenpol schaffen zu den Vorurteilen, Stigmatisierungen und teilweise schlimmen und dummen „Sprüchen“, die unsere ausländischen Mitbürgerinnen und Mitbürger ertragen müssen.
Gemeinsam wollen wir erreichen, dass Menschen anderer Nationen bei uns und mit uns friedlich zusammen leben können.
Der kommunale Aktionsplan für Weltoffenheit und Demokratie, gegen Rassismus und Intoleranz ist erstellt, jetzt muss die Umsetzung des Aktionsplans im Landkreis Schaumburg erfolgen.
Weitere Informationen:
Arbeiterwohlfahrt, Stephan Hartmann
Telefon: 05721 939833

Strom von der Sonne – Photovoltaik

Aktuell: Stromspeicher für zu Hause

Viele Menschen nutzen bereits die Sonnenenergie zur Produktion von eigenem und sauberem Strom. Was man über die faszinierende Technik moderner Photovoltaikanlagen und deren finanzielle Förderung wissen muss, erfahren Sie in diesem Vortrag. Am Ende der Veranstaltung erhalten Sie eine kostenlose und firmenneutrale Infomappe mit allen wichtigen Fakten.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dipl.-Ing. Joachim Hammermeister
Fr, 20.02., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 10.02.
KursNr: 914102

Solarwärme

Sonnenstrahl macht Duschstrahl und Heizung warm

Durch moderne Sonnen-Kollektoren lassen sich im Sommer Brauchwasser (für Bad, Dusche, Spül- und Waschmaschine sowie Schwimmbad) ohne Einsatz von Öl, Strom oder Gas erwärmen. Im Frühjahr und Herbst kann die Heizung unterstützt werden. In diesem Vortrag werden Aufbau, Funktion, Kosten und Förderprogramme der Solarthermie vorgestellt. Am Ende der Veranstaltung erhalten Sie eine kostenlose Info-Mappe.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dipl.-Ing. Joachim Hammermeister
Fr, 27.02., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 17.02.
KursNr: 914202

TIPP
Anmeldung
Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Heizen mit Erdwärme aus dem Garten

Aktuell: Neuartige Erdsonden

Überall steht Erdwärme kostenlos, umweltfreundlich und klimaschonend zur Verfügung. Sie kann problemlos und wirtschaftlich mit einer Wärmepumpe zur Beheizung von Neu- und Altbauten genutzt werden. Wer Erdwärme nutzt, ist unabhängig von Öl- oder Gaslieferungen, braucht keinen Schornstein und darf sich über zinsverbilligte Kredite und Zuschüsse freuen. Die Teilnehmenden erhalten eine kostenlose Info-Mappe, die einen Leitfaden und aktuelle Förderinformationen enthält.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dipl.-Ing. Joachim Hammermeister
Fr, 06.03., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 24.02.
KursNr: 914302

Bequemes Heizen mit preiswerten Holzpellets

Aktuell: Kaminöfen zur Heizungsunterstützung

Das Heizen mit Holzpellets wird immer beliebter. Der heimische Energieträger lockt mit günstigeren Preisen im Vergleich zu Gas/Öl. Es werden vollautomatische Zentralheizungen und Kaminöfen auf Knopfdruck vorgestellt. Der Vortrag informiert über Technik, Kosten, Wirtschaftlichkeit, Förderung und Komfort dieser alternativen Heiztechnik. Die Teilnehmenden erhalten eine kostenlose Info-Mappe.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dipl.-Ing. Joachim Hammermeister
Fr, 13.03., 19.00 - 21.15 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.03.
KursNr: 914402

BU

Naturschutz und Tourismus in der Müritzregion – ein Widerspruch?

In Zusammenarbeit mit der
VHS Lippe-Ost
Die Müritzregion - Herz der Mecklenburgischen Seenplatte - ist ein Paradies für Fisch- und Seeadler, Kraniche und viele weitere seltene Tiere und Pflanzen. Der Müritz-Nationalpark ist Aushängeschild des Gebietes. Die Natur ist das wichtigste Kapital der Region. Andererseits brauchen die Menschen dringend Arbeit und der Tourismus ist eine der Haupterwerbsquellen. Wie können die Interessen von Einwohnern, Naturschützern und Besuchern unter einen Hut gebracht werden? Welche Konflikte treten auf und wo sind die Lösungen zu suchen?
In Gesprächen und auf Fahrradexkursionen tauchen wir in eine spannungsreiche Region ein.

Waren/Müritz, Europäische Akademie „Haus Kölpinsee“
Kathrin Grumbach
Mo, 08.06., 11.30 Uhr
bis Fr, 12.06., 14.30 Uhr
Bildungsurlaub
375,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension (EZ-Zuschlag = 40,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
zzgl. 40,00 EUR für Fahrradausleihe
Anmeldeschluss: 06.04.
KursNr: 164800

Waren/Müritz, Europäische Akademie „Haus Kölpinsee“
Kathrin Grumbach
Mo, 14.09., 11.30 Uhr
bis Fr, 18.09., 14.30 Uhr
Bildungsurlaub
375,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension (EZ-Zuschlag = 40,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
zzgl. 40,00 EUR für Fahrradausleihe
Anmeldeschluss: 09.07.
KursNr: 160800

stummi123_pixelio

BU

Natur pur und die Rolle des Menschen im Umgang mit der Natur

Ökologie und Klimaschutz an der Nordsee

In Zusammenarbeit mit der
VHS Lippe-Ost
Erfahren Sie gegen welche Naturgewalten sich eine Nordseeinsel behaupten muss. Während des Bildungsurlaubes erhalten Sie Einblicke in den Nationalpark Niedersächsisches Wattenmeer mit seinen verschiedenen Lebensräumen und seiner einzigartigen Tier- und Pflanzenwelt und erfahren mehr über das Weltnaturerbe Wattenmeer. Wir erforschen die Windparks und ihre Auswirkungen und blicken in die Zukunft der Bewohner/innen, des Ökosystems und des Tourismus. Außerdem beschäftigen wir uns mit der Geschichte der Insel. Wie entwickelten sich die Insulaner von Fischern zu Pensionsbesitzern und wie lässt sich Ökonomie und Ökologie im Gleichgewicht halten?
Spiekeroog, Haus Winfried
Regina Ulwer
So, 04.10., 18.00 Uhr
bis Fr, 09.10., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
470,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension (EZ-Zuschlag = 50,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
Anmeldeschluss: 02.07.
KursNr: 160900

Auf Biegen und Flechten

Weidenflechtwerke

Für Kinder im Wohngarten mit Weidenruten ein Tipi bauen, Beete oder lauschige Winkel durch einen Flechtzaun umrahmen sind nur einige Beispiele, im Garten durch Weidenprodukte und Geflechte kreative Möglichkeiten zur Gestaltung des Hausgartens zu schaffen.
In diesem Kurs werden Grundtechniken zum Arbeiten und Flechten mit Weide vorgestellt.
Während der Mittagspause besteht die Möglichkeit, sich durch einen schmackhaften Eintopf zu stärken, die Kosten dafür betragen 3,90 EUR, die vor Ort fällig werden.

Stadthagen, PLSW Industrieservice, Am Helweg 12
Klaus Geweke
Sa, 07.02., 10.00 - 15.30 Uhr
19,50 EUR
Anmeldeschluss: 29.01.
KursNr: 534615

Stadthagen, PLSW Industrieservice, Am Helweg 12
Klaus Geweke
Sa, 21.02., 10.00 - 15.30 Uhr
19,50 EUR
Anmeldeschluss: 11.02.
KursNr: 534515

Meditative Quellenwanderung

Auf unserem Weg machen wir Bekanntschaft mit einer Quelle, die von Menschenhand gestaltet wurde und mit einer unscheinbaren Sickerquelle. Ein Teil des Weges wird im Schweigen zurück gelegt.
Wir treffen uns an der Kirche in Wendthagen.
Stadthagen-Wendthagen, Treffpunkt Kirche Wendthagen
Cornelia Künzel
Sa, 11.04., 14.15 - 17.15 Uhr
11,00 EUR
Anmeldeschluss: 01.04.
KursNr: 954515

Katharina Wieland Müller_pixelio

Frühlings-Kräuterwanderung

Hagenburger Schlosspark und entlang der Wiesen am Steinhuder Meer

Unsere Kräuterwanderung führt uns vom Moorgarten bis zum Ufer des Steinhuder Meeres. Mit Lupen ausgerüstet finden wir unterwegs eine Fülle an essbaren Frühlingspflanzen wie z. B. die Goldnessel, den Wilden Hopfen, den Bärlauch, aber auch giftige Frühlingspflanzen wie z. B. die Sumpfdotterblume. Viele Frühlingswildkräuter wurden traditionell für eine Blutreinigungskur im Frühling verwendet wie z. B. die Brennnessel und das Gänseblümchen oder auch die jungen, etwas harzigen Birkenblätter. Die gerade sprießenden, noch zarten, hellgrünen Lindenblätter können jetzt bereits gesammelt werden. Wichtiges Basiswissen zum Kräutersammeln wird vermittelt: Wo kann ich sammeln? Was kann ich wann sammeln? Welche Pflanzenteile kann ich verwenden? Welche Naturschutzaspekte sind für das Kräutersammeln relevant? Wir werden eine Strecke von ca. drei Kilometern zurücklegen.
Hagenburg, Parkplatz der Grundschule (Treffpunkt)
Sieglinde Fink
Mi, 15.04., 15.00 - 18.30 Uhr
14,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.04.
KursNr: 534114

Frühlings-Kräuterwanderung im Deister

Waltershägener Bachtal

Diese Frühlingswanderung führt zunächst bergauf zum Forsthaus Blumenhagen und dann am Waldrand entlang bis zu dem Quellgebiet der sogenannten Hexenteiche im Naturschutzgebiet „Waltersbachtal“. Das idyllische Bachtal ist von artenreichen Wiesen mit Wiesenschaumkraut und Spitzwegerich begleitet und von bizarren Hainbuchen und stattlichen Rotbuchen gesäumt. Unterwegs treffen wir auf eine Fülle an essbaren Wildkräutern, u. a. Bärlauch und erste zarte Laubblätter, von denen viele, z. B. die der Rotbuche essbar sind. Von der Botanikerin Sieglinde Fink werden sichere Bestimmungsmerkmale und Unterscheidungsmerkmale zu Giftpflanzen wie z. B. dem Aronstab vermittelt. Zudem gibt es reichlich Tipps für die Verwendungsmöglichkeiten in der gesunden Wildkräuterküche, z. B. für Baumblattsalate und Wildkräuterpesto. Wir werden eine Strecke von insgesamt ca. neun Kilometern zurücklegen.
Lauenau, Treffpunkt am ZOB
Sieglinde Fink
Fr, 24.04., 13.30 - 18.30 Uhr
21,00 EUR
Anmeldeschluss: 14.04.
KursNr: 534106

Frühlings-Kräuterwanderung im Schaumburger Wald

Erstes wildes Grün

Zahlreiche Wald- und Wiesenkräuter strotzen im Frühjahr vor Vitalstoffen und können als regelrechte Fitmacher in die tägliche Ernährung z. B. für grüne Smoothies einbezogen werden. Gerade die jungen Blätter sind nicht so einfach sicher zu bestimmen. Auf dieser Wanderung werden Erkennungsmerkmale der ersten essbaren Frühlingswildpflanzen wie z. B. dem Scharbockskraut, der Knoblauchsrauke, Wald-Sauerklee, dem Gundermann, dem Veilchen vermittelt sowie Unterscheidungsmerkmale zu Frühlings-Giftpflanzen wie z. B. dem Aronstab und dem Buschwindröschen. Daneben werden wir auch den gelb blühenden Huflattich und das blau blühende Lungenkraut antreffen, die jedoch nur bedingt nutzbar sind. Der beliebte Waldmeister wird auch unseren Weg säumen. Natürlich gibt es reichlich kulinarische Tipps und Spannendes aus dem Heilwissen heutiger und vergangener Zeiten. Wir werden eine Strecke von ca. fünf Kilometern zurücklegen.
Niedernwöhren, Treffpunkt Naturkostladen Mittelbrink
Sieglinde Fink
Mo, 27.04., 13.30 - 18.00 Uhr
20,00 EUR
Anmeldeschluss: 17.04.
KursNr: 534215

Karl Marx

Religion ist Opium fürs Volk

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover
Karl Marx zählt zu den herausragenden Denkern der Weltgeschichte. Seine Philosophie begreift den Lauf der Geschichte und die Entwicklung der Menschen als im wesentlichen durch materielle Produktion begründet. Aber was meint Marx denn eigentlich genau, wenn er behauptet, dass das Sein das Bewusstsein bestimmt? Warum übt er eine äußerst scharfe Religionskritik („Religion ist Opium fürs Volk“)? Und warum lehnt Marx die bürgerliche Gesellschaft im Grunde so vehement ab? Diesen Fragen wollen wir im Seminar ebenso nachgehen wie der aktuellen Bedeutung der Marxschen Philosophie für die Gesellschaft der Moderne. Einen ersten Hinweis darauf könnte uns die Lektüre der Marxschen Thesen über Feuerbach liefern. Das Seminar richtet sich besonders an Teilnehmende, die bislang erst wenig Berührung mit der Philosophie hatten. Keine Vorkenntnisse erforderlich!
Für philosophische Seminarlektüre sind 2,00 EUR beim Kursleiter zu entrichten.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Prof. Dr. Peter Moritz
So, 07.06., 13.00 - 19.45 Uhr
32,00 EUR
Anmeldeschluss: 29.05.
KursNr: 234112

BU

Einführung in die Philosophie

Auf der Suche nach Sinn und Glück

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover und der VHS Lippe-Ost

Sonne, Strand, Meer und blauer Himmel - in solch sinnlicher Umgebung schöpften berühmte Philosophen der Weltgeschichte immer wieder neue Kraft, ihren Reflexionen und Gedanken über Wahrheit, Gott, Liebe, Leid und Glück nachzuspüren. Von Sokrates und Epikur („Ursprung und Wurzel alles Guten ist die Lust des Bauches“) über den Dalai Lama („Der Weg zum Glück“) und Erich Fromm („Die Kunst des Liebens“) bis hin zu Nietzsches und Schopenhauers Lebensweisheiten finden sich unterschiedliche Lösungen und Erklärungen. Auch aktuelle Denker wie der zeitgenössische Philosoph Wilhelm Schmid kommen im Seminar mit modernen Ideen zu Wort. Neben einer fundierten Einführung in die Philosophie und ihre Grundbegriffe werden wir uns diesen Gedanken nähern und ausführlich über die Grundfragen des Lebens diskutieren. Film-Interviews mit Philosophen runden unsere Einführung ab.

Das Seminar richtet sich besonders an Teilnehmende, die bislang noch keine oder erst wenig Berührung mit der Philosophie hatten. Ein Reader mit einer Textsammlung wird den Teilnehmenden auf Sylt ausgehändigt.

Keine Vorkenntnisse erforderlich!

List/Sylt, Akademie am Meer
Prof. Dr. Peter Moritz
Mo, 15.06., 12.30 Uhr
bis Fr, 19.06., 13.15 Uhr
Bildungsurlaub
498,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 44,00 EUR)
Anmeldeschluss: 27.04.
KursNr: 165400

BU

Von der Antike zur Moderne mit Meisterdenkern

Einführung in die Philosophie

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover und der VHS Lippe-Ost

Was bedeutet eigentlich Philosophie? Was denken Philosophen über das Leben, über Gott, über den Sinn und die Beschwernisse des Alltags? Was meint der Philosoph Immanuel Kant, wenn er den „Ausgang des Menschen aus seiner selbstverschuldeten Unmündigkeit“ proklamiert? Kann der Mensch überhaupt glücklich sein? Diesen spannenden Fragen werden wir anhand von philosophischen Originaltexten nachgehen. Der Kurs richtet sich besonders an Anfänger/innen, die sich einen ersten Überblick über die Geschichte der Philosophie verschaffen wollen. Neben herausragenden Philosophen der Antike (Sokrates, Platon, Aristoteles, Epikur) kommen auch bedeutende Denker der Moderne zu Wort (Nietzsche, Schopenhauer, Erich Fromm, H.-G. Gadamer, Immanuel Kant, Max Horkheimer, Wilhelm Schmid, R. David Precht). Anhand von kurzen Texten, Interviews, Vortrag, Video und Diskussion werden die philosophischen Hintergründe leichtverständlich erläutert und deren Aktualität sowohl für die Lebensperspektive des Einzelnen als auch für politische Zusammenhänge erörtert.

Das Seminar richtet sich besonders an Teilnehmende, die bislang erst wenig Berührung mit der Philosophie hatten. Die Bereitschaft und das Interesse, philosophische Texte zu lesen, werden vorausgesetzt. Ein Reader mit einer philosophischen Textsammlung wird den Teilnehmenden auf Sylt persönlich ausgehändigt.

List/Sylt, Akademie am Meer
Prof. Dr. Peter Moritz
Mo, 31.08., 12.30 Uhr
bis Fr, 04.09., 13.15 Uhr
Bildungsurlaub
498,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 44,00 EUR)
Anmeldeschluss: 06.07.
KursNr: 160400

Buddhismus heute

Was macht die Lehre heute noch aktuell?

„Einzig die Befreiung vom Leiden lehre ich“ verkündete der Buddha vor 2500 Jahren. Kann uns die Lehre heute noch etwas sagen? Gerade in den westlichen Ländern werden die unterschiedlichen Strömungen des Buddhismus z. T. begeistert aufgenommen. Was macht die Faszination dieser Lehre aus? Dieser Vortrag will das Ziel und den Inhalt der ursprünglichen Lehre aufzeigen, die in allen später entstandenen Schulen enthalten ist. Da der Buddha auch ein praktischer Mann war, findet man auch heute noch in seiner Lehre viele das Leben erleichternde Tipps. In diesem Vortrag soll überprüft werden, ob die Weisheiten und praktischen Empfehlungen der Lehre heute noch von Nutzen sind, und einer kritischen Betrachtung standhalten.

Michael Schmidt ist im Vorstand vom „Buddhistischen Bund Hannover“.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Michael Schmidt
Do, 23.04., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 13.04.
KursNr: 244315

filorosso -Manfred Gerber_pixelio

BU

Achtsamkeit und Innerer Friede

Buddhistische Anregungen für unser Leben

Nach östlicher Auffassung besteht die Kunst des Lebens darin, Achtsamkeit für den gegenwärtigen wundervollen Augenblick zu entwickeln. Diesem Ziel dienen die traditionellen Kulturtechniken Asiens: Meditation, Qigong, Taijiquan und Yoga. Diese auch zur Gesundheitsförderung praktizierten Körperübungen sind eingebettet in die Weisheitslehren des Hinduismus, des Taoismus und des Buddhismus, die nicht nur einen fruchtbaren Kontrast zu den Orientierungen der westlichen Jetztzeit-Zivilisation bilden, sondern Selbstfindung, Mitgefühl und inneren Frieden in den Mittelpunkt ihrer Betrachtungen stellen. Ausgewählte Übungen werden die behandelten Themen erfahrbar machen.
Das Seminar findet in einer sehr schönen Bildungsstätte im Naturschutzgebiet Hoher Meißner statt.

Germerode, Altes Forsthaus
Manfred Folkers
Mo, 29.06., 15.00 Uhr
bis Fr, 03.07., 15.00 Uhr
Bildungsurlaub
365,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 40,00 EUR)
Anmeldeschluss: 20.04.
KursNr: 164300

Germerode, Altes Forsthaus
Manfred Folkers
Mo, 07.09., 15.00 Uhr
bis Fr, 11.09., 15.00 Uhr
Bildungsurlaub
365,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 40,00 EUR)
Anmeldeschluss: 06.07.
KursNr: 160300

Exkursionen durch das Alte Testament

Texte entschlüsseln

Es schlägt eine Brücke von der jüdischen zur christlichen Religion und ist somit ein Bindeglied zwischen den Kulturen: die Rede ist vom Alten Testament. Die tausendjährige Entstehungsgeschichte der heiligen Schrift des Judentums wurzelt in altorientalisch-ganzheitlichen Denkweisen und der Welt des Hellenismus. Wir werden in diesem Seminar mit Hilfe der historisch-kritischen Exegese die alten Texte entschlüsseln und sowohl nach zeitlichen und historischen Hintergründen als auch nach Absichten der Verfasser fragen. Zudem werden unterschiedliche Gottesbilder und literarische Gattungen sowie Bezüge zum Neuen Testament aufgezeigt. Die Teilnahme am vorangegangenen Kurs wird dabei nicht vorausgesetzt.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Johannes Tuschhoff-Cicigoi
Di, 17.02., 19.30 - 21.00 Uhr, 6 Abende
35,00 EUR
KursNr: 244115

Wege durch das Neue Testament

2000 Jahre alte Geschichte und Zeugnisse prägen das Neue Testament. Im Mittelpunkt steht Jesus von Nazareth in Galiläa. Ziemlich anstößige Sachen soll er getan haben: Kranke geheilt, Dämonen ausgetrieben, Tote erweckt. Seine Botschaft von einem Heil machenden Gott ist einfach nicht totzukriegen. Wer war er? Ein Wander-Rabbi, der aneckte – der in die Mühlen der damaligen religiösen Autoritäten und der römischen Besatzungsmacht geriet – und der nicht zurückwich, auch als es sein Leben kostete. Oder war er noch mehr? Seine Zeugen behaupten ja, er lebe – damals und heute.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Johannes Tuschhoff-Cicigoi
Di, 14.04., 19.30 - 21.00 Uhr, 6 Abende
35,00 EUR
KursNr: 244215

Fachtag

Wenn‘s zu Hause knallt – Kinder und häusliche Gewalt

In Kooperation mit der „AG Kind“, Arbeitsgruppe des großen „Runden Tisch BISS gegen häusliche Gewalt“ und mit dem Frauenbüro des Landkreises Schaumburg. Mit Fachvorträgen am Vormittag und vertiefenden Workshops am Nachmittag soll folgenden Fragestellungen nachgegangen werden:

- Was bedeutet häusliche Gewalt für die betroffenen Kinder und wie kann eine nachhaltige Unterstützung für Kinder, die häusliche Gewalt erlebt haben, aussehen? (Klaus Ganser, Therapeut)
- Welche Gestaltungsmöglichkeiten gibt es im gerichtlichen Verfahren in Fällen häuslicher Gewalt? (Richterin U. Wichmann)
- Wie können bei häuslicher Gewalt die Interessen und Wünsche der Kinder ermittelt werden? (Dr. B. Schwarz)
- Wie kann eine gelingende vernetzte Intervention aller beteiligten Professionen zum Schutz der betroffenen Kinder aussehen? (Henrike Krüssmann, BIG Berlin)

Eingeladen sind alle Professionen und Interessierte, die mit häuslicher Gewalt als Kindeswohlgefährdung befasst sind. Getränke und Mittagessen werden gestellt.
Weitere Informationen:
BASTA Mädchen- und Frauenberatungszentrum e. V., I. Wehking,
Telefon: 05721 91048
BISS-Beratungs- und Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt,
G. Dransfeld, Telefon: 05721 995121
Obernkirchen,
jbf-Centrum Bückeberg
Ingetraud Wehking
Di, 17.03., 09.00 - 17.00 Uhr
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 02.03.
KursNr: 214111

Stephanie Hofschlaeger_pixelio

Kinder sind wunderbar!

Unterstützen statt erziehen

Sie sind herzlich eingeladen, durch die Perspektive „unterstützen statt erziehen“ neuen Schwung in Ihre Beziehung zu Ihren Kindern zu bringen und die vielen Alltagsprobleme unkonventionell und effektiv anzugehen. Kinder sind Personen mit ihrer eigenen Sicht der Dinge. Natürlich fordert das heraus - aber darauf kann man sich einlassen und ihnen auf gleicher Augenhöhe begegnen. Ein Nein bleibt ein Nein, aber man bedrängt die Kinder nicht länger mit dem ewigen „Sieh das ein, ich habe recht“. Das alles bewirkt kein Chaos sondern Harmonie, und die Würde der Großen und Kleinen hat wieder gleichen Wert. Dabei gilt, dass sich die Liebe zum Kind nur dann wirklich entfalten kann, wenn wir uns gestatten, uns so zu lieben, wie wir sind.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dr. phil. Hubertus von Schoenebeck
Di, 17.03., 19.30 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 07.03.
KursNr: 214415

TIPP

Anmeldeschluss versäumt?
Rufen Sie uns an. Es lohnt sich nachzufragen, ob noch ein Platz frei ist.

In Zusammenarbeit mit dem Familienzentrum

Mädchentreff

Für Mädchen im Alter von 10 bis 12 Jahren

Du möchtest deine eigenen Stärken besser kennenlernen? Du hast Lust, Nein zu sagen und Grenzen setzen zu üben? Du möchtest etwas für dein Wohlbefinden tun? Du hast Spaß an Bewegung und Entspannungsübungen? Du bist gerne kreativ (Malen, Rollenspiele, Fantasiereisen)? Du möchtest neue Mädchen kennenlernen und dich austauschen?
Dann bist du bei uns genau richtig!
Stadthagen, Familienzentrum, Bahnhofstr. 27
Gisela Schäfer/Carola Meier
Mi, 04.02., 16.30 - 18.00 Uhr,
15 Nachmittage
gebührenfrei
Anmeldung: 05721 8901011 oder familienzentrum@stadthagen.de
KursNr: 955715

Wo die wilden Kerle toben

Immer mehr Eltern wachsen die (täglichen) Auseinandersetzungen mit ihren Kindern über den Kopf. Trotzende, aggressive, hauende und beschimpfende Kinder gehören in vielen Familien inzwischen zur Tagesordnung. Sind Kinder heute schwieriger und frecher als früher? Gibt es tatsächlich mehr Gewalt bei Kindern und Jugendlichen? Wenn ja, warum ist das so und was heißt eigentlich aggressives Verhalten? Gibt es „böse“ und „gute“ Aggressionen? Der Vortrag zeigt Ursachen auf, die die Entstehung von aggressivem Verhalten von Kindern begünstigen. Wir beschäftigen uns mit der Frage, was Eltern und Erzieher/innen tun können, um Aggressionen vorzubeugen und - was schwieriger ist - wie wir mit kindlichen Aggressionen sinnvoll umgehen können.
Stadthagen, Familienzentrum, Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes
Di, 20.01., 19.30 Uhr
6,00 EUR
an der Abendkasse
KursNr: 211015

Lokale Bündnisse für Familie

Um auf lokaler Ebene konkrete Verbesserungen für Familien anzustoßen, hat das Bundesfamilienministerium Anfang 2004 die Initiative Lokale Bündnisse für Familie gestartet.
Lokale Bündnisse für Familie sind Kooperationen von unterschiedlichen Akteuren, die sich auf kommunaler Ebene für mehr Familienfreundlichkeit einsetzen. Die Zielsetzung besteht darin, gemeinsam (Mit-)Verantwortung für Familienfreundlichkeit im Alltag zu übernehmen. Die beteiligten Akteure begreifen Familienfreundlichkeit als gemeinsame Aufgabe und handeln im gemeinsamen Interesse.
Auch im Landkreis Schaumburg wurden bereits Lokale Bündnisse gegründet oder befinden sich im Aufbau. Informationen über:
Koordinierungsstelle für Lokale Bündnisse im Landkreis Schaumburg, Jugendamt, Iris Meyer,
Telefon: 05721 703333
Stadthagen, Merve Neumann-Tietzer,
Telefon: 05721 913821
Bückeburg, Stefan Reinecke,
Telefon: 05722 206152
Obernkirchen, Hella Hespe,
Telefon: 05724 6101
Auetal, Olaf Humke,
Telefon: 05752 18130

Selbstverteidigung für jugendliche Mädchen

Schnupperkurs

Ein kleiner Schnupperkurs mit GROSSER Wirkung! Ziel ist es in angenehmer Atmosphäre das Selbstbewusstsein und die Selbstbehauptung jeder jungen Frau/jedes Mädchens in ihrem Maße, durch viele praktische Anwendungen, zu stärken. Es werden kleine, einfache Tricks und Handgriffe gezeigt und geübt, um eine/n Angreifer/in abwehren zu können.
Bitte mitbringen: Bequeme Sportkleidung.
Stadthagen, Familienzentrum, Bahnhofstr. 27
Jessika Schenke
Mo, 09.02., 19.00 - 20.30 Uhr,
3 Abende
18,00 EUR zahlbar direkt beim Familienzentrum
Anmeldung: 05721 8901011 oder familienzentrum@stadthagen.de
KursNr: 884115

Elterngespräche für Alleinerziehende

Immer mehr Eltern müssen sich mit der Situation als Alleinerziehende auseinandersetzen. Diese besondere Lebenslage wirft für den Umgang mit den Kindern Fragen auf. Was erlebt ein Kind und wie kann es bei der Verarbeitung der Trennung unterstützt werden? In der Gruppe besteht die Möglichkeit, sich unter fachlicher Leitung auszutauschen und Informationen zu pädagogischen Fragestellungen zu bekommen.
Die Themenauswahl knüpft an die Erfahrungen und Wünsche der Teilnehmer/innen an. Anregungen, Übungen zu Theorie und Praxis eines positiven und stressfreieren Lebens in der Familie werden angeboten. Bei Bedarf werden Freizeitaktivitäten angeregt und geplant.
Dieser Kurs wird mit Kinderbetreuung (25,00 EUR) angeboten. Bitte geben Sie Kinder ggf. bei Ihrer Anmeldung an. Die Gebühr für die Kinderbetreuung in Höhe von 25,00 EUR wird direkt beim Familienzentrum fällig.
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes/Britta Kunze
Di, 10.02., 16.00 - 18.00 Uhr,
8 Termine
14-täglich
60,50 EUR
25,00 EUR für Kinderbetreuung
zahlbar direkt beim Familienzentrum
KursNr: 215715

Selbstbewusste Kinder

Vortrag und Diskussion

Wir möchten unsere Kinder zu selbstbewussten und selbständigen Menschen erziehen. Wir wünschen uns, dass sie sich etwas zutrauen, ihre Persönlichkeiten entwickeln und zu sozialen, kooperationsbereiten Menschen heranwachsen. Die grundlegenden Bausteine dazu werden bereits in den ersten Lebensjahren gelegt. Was brauchen unsere Kinder von uns? Wie können wir in der Familie miteinander leben, unseren Kindern Halt und Orientierung geben, ihnen Freiräume geben und auch sinnvoll Grenzen setzen? Überlegungen zu einem entwicklungsfördernden, positiven familiären Klima sind Gegenstand des Vortrages und der Diskussion.
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes
Di, 24.02., 19.30 Uhr
6,00 EUR
an der Abendkasse
KursNr: 215515

Starke Mütter

„Geht es der Mutter gut, geht es den Kindern gut."

Im Trubel des Familienlebens ist es nicht immer leicht, sich stark zu fühlen. Mit „Mehr Mut zum Ich" möchten wir Mütter unterstützen, Vorbild zu sein und ihre Kinder auf dem Weg zu mehr Selbstbewusstsein zu begleiten. Verschiedene Übungen zeigen Wege zu mehr Selbstvertrauen und Selbstreflexion. Wir tauschen uns u. a. über Ideen für die Gestaltung eines ausgeglichenen Alltags aus.
Bitte mitbringen: Beitrag zu einem gemeinsamen Mittagsbuffet.
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes
Sa, 28.02., 09.30 - 18.00 Uhr
27,50 EUR
Anmeldeschluss: 18.02.
KursNr: 214815

Ruhe – Gelassenheit – Lebensfreude

Für Eltern mit Kindern ab 6 Jahren

In dem hektischen Familienalltag kommen die Bedürfnisse nach Ruhe und Entspannung oft zu kurz. In diesem Workshop haben Sie die Möglichkeit gemeinsam mit Ihrem Kind Entspannungsrituale, -techniken und -geschichten kennen zu lernen, welche Sie ganz leicht in Ihren Alltag einbauen können.
Bitte mitbringen: Gemütliche Kleidung, dicke Socken und eine Decke. Das Kuscheltier Ihrer Kinder darf natürlich auch nicht fehlen!
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Britta Kunze
Sa, 07.03., 16.00 - 17.30 Uhr
7,50 EUR Elternteil plus Kind
zahlbar direkt ans Familienzentrum
KursNr: 955015

Ruhe – Gelassenheit – Lebensfreude

Für Eltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren

In dem hektischen Familienalltag kommen die Bedürfnisse nach Ruhe und Entspannung oft zu kurz. In diesem Workshop haben Sie die Möglichkeit gemeinsam mit Ihrem Kind Entspannungsrituale, -techniken und -geschichten kennen zu lernen, welche Sie ganz leicht in Ihren Alltag einbauen können.
Bitte mitbringen: Gemütliche Kleidung, dicke Socken und eine Decke. Das Kuscheltier Ihrer Kinder darf natürlich auch nicht fehlen!
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Britta Kunze
Sa, 21.03., 16.00 - 17.30 Uhr
7,50 EUR Elternteil plus Kind
zahlbar direkt ans Familienzentrum
KursNr: 955615

Wenn Kinder trotzen

Vortrag und Diskussion

Schluss mit Ratlosigkeit und Ärger! Sie möchten nur das Beste für Ihr Kind, möchten es gut erziehen, möchten ihm alles bieten. Und doch kommt es bereits zwischen dem ersten und dritten Lebensjahr der Kleinen immer wieder zu ermüdenden und stressigen Kämpfen. Die Wutausbrüche Ihres Kindes erschweren den familiären Alltag, rufen Ratlosigkeit und Ärger hervor. Der Vortrag hilft Ihnen, Ihr Kind in dieser wichtigen Phase zu verstehen und angemessenes Erziehungsverhalten zu entwickeln.
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes
Di, 10.03., 19.30 Uhr
6,00 EUR
an der Abendkasse
KursNr: 215015

Erziehung zwischen Freiheit und Grenzen

Für Eltern mit Kindern zwischen 2 und 6 Jahren

Immer wieder fragen sich Eltern, wie viel Freiheit sie ihrem Kind geben sollen, gleichzeitig stellt sich die Frage nach einer sinnvollen „Grenze“. Den Wunsch, das Kind möglichst in seiner Entwicklung nicht einzuengen und gleichzeitig das Bedürfnis, das Kind zu einem respektvollen Menschen, der Regeln und Grenzen akzeptiert, aufwachsen zu sehen, kennen viele Eltern. An diesem Abend wollen wir mit Hilfe eines kleinen Filmes verschiedene Szenen aus dem Alltag anschauen und gemeinsam nach Lösungsvarianten schauen.
Stadthagen, Familienzentrum, Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes
Di, 21.04., 18.30 Uhr
6,00 EUR
an der Abendkasse
KursNr: 215115

Starke Eltern – Starke Kinder

Eltern sind die wichtigsten Menschen im Leben ihrer Kinder, sie sollen starke Partner für ihre Kinder sein, bei denen sie Halt finden und sich orientieren können. An acht Nachmittagen können interessierte Eltern sich mit Themen beschäftigen wie: Welche Bedürfnisse hat mein Kind, wie kann ich Grenzen setzen, was ist wirklich wichtig in der Erziehung? Im Kurs besteht die Möglichkeit sich in lockerer Atmosphäre mit anderen Eltern auszutauschen und den fachlichen Rat der Kursleiterin anzufragen.
Dieser Kurs wird mit Kinderbetreuung (25,00 EUR) angeboten. Bitte geben Sie Kinder ggf. bei Ihrer Anmeldung an. Auch die Kursgebühr in Höhe von 25,00 EUR wird direkt beim Familienzentrum fällig.
Stadthagen, Familienzentrum, Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes
Do, 30.04., 15.30 - 18.00 Uhr,
8 Nachmittage
25,00 EUR und 25,00 EUR für Kinderbetreuung
zahlbar direkt beim Familienzentrum
Anmeldung: 05721 8901011 oder familienzentrum@stadthagen.de
KursNr: 214715

Kinder haben und brauchen Krisen und Konflikte...

Eltern wünschen sich verständlicherweise ein harmonisches Miteinander in Familie und Kita. In Konfliktsituationen sammeln Kinder jedoch Erfahrungen, die für ihre Entwicklung bedeutsam sind. Einen friedlichen Umgang miteinander zu erlernen und auch Konflikte friedlich zu lösen, fällt oft schwer. Wichtige Lernräume sind die Familie und die Kita. Neben einem harmonischen Miteinander bestimmen kleine und große Krisen, Konflikte, sowie Streitigkeiten den erzieherischen Alltag. Bausteine eines positiven Familien- und Erziehungsklimas, sowie hilfreiche Überlegungen zum Umgang mit Konflikten sind Thema des Abends.
Stadthagen, Familienzentrum, Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes
Di, 05.05., 19.30 Uhr
6,00 EUR
an der Abendkasse
KursNr: 215615

Selbstverteidigung für Frauen

Schnupperkurs

Ein kleiner Schnupperkurs mit GROSSER Wirkung! Ziel ist es in angenehmer Atmosphäre das Selbstbewusstsein und die Selbstbehauptung jeder Frau in ihrem Maße, durch viele praktische Anwendungen, zu stärken. Es werden kleine, einfache Tricks und Handgriffe gezeigt und geübt, um eine/n Angreifer/in abwehren zu können.
Bitte mitbringen: Bequeme Sportkleidung.
Stadthagen, Familienzentrum, Bahnhofstr. 27
Jessika Schenke
Mo, 04.05., 19.00 - 20.30 Uhr,
3 Abende
21,00 EUR zahlbar direkt beim Familienzentrum
Anmeldung: 05721 8901011 oder familienzentrum@stadthagen.de
KursNr: 884215

„Hätte ich nur nicht wieder so rumgebrüllt“

Wege aus der Brüllfalle

An diesem Abend wird zunächst der gleichnamige Film gezeigt. Der Film zeigt einen Weg, wie Eltern Konfliktsituationen mit ihren Kindern ohne Brüllerei und Androhung von Strafen bewältigen können. Gerade kleine Kinder sind oft so in ihrer Welt versunken, dass sie auf mehrmalige Aufforderung nicht reagieren. Eltern erfahren praktische und nachvollziehbare Lösungen. Aus dem Film ergibt sich ein Gespräch über schwierige Erziehungsfragen, das durch fachliche Leitung unterstützt wird und Eltern eine Möglichkeit zum Austausch über förderliche positive Erziehungshaltungen gibt.
Stadthagen, Familienzentrum, Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes
Di, 16.06., 19.30 Uhr
6,00 EUR
an der Abendkasse
KursNr: 214915

TIPP

VHS + „Tropicana“
Wenn Sie einen Kurs ab 30 EUR buchen, schenken wir Ihnen einen Gutschein für einen Besuch im Spaßbad „Tropicana“.

Fortbildungen in Zusammenarbeit mit dem Jugendamt

Die hier in der Übersicht veröffentlichten Fortbildungen werden detailliert im **Fachberatungs- und Fortbildungsheft**, das an alle Kindertageseinrichtungen, alle Grundschulen und deren Elternvertretern im Landkreis Schaumburg Anfang Januar 2015 verschickt wird, erläutert. Darin enthalten sind auch die organisatorischen Hinweise und die Anmeldevordrucke. Neben der Hauptzielgruppe der „ErzieherInnen“ in Kitas, sind bei einigen Fortbildungen Grundschul–Lehrer/innen und „Eltern“ (für alle am Erziehungsprozess Beteiligte) und Tagespflegepersonen als erweiterte Zielgruppe herzlich eingeladen.
Für Kindertageseinrichtungen in Niedersachsen gibt es den eigenen Erziehungs-, Bildungs- und Betreuungsauftrag, der durch den Orientierungsplan, der Handlungsempfehlung Sprachbildung und Sprachförderung und die Handlungsempfehlung für die Arbeit mit Kindern unter drei Jahren vom Kultusminister als wichtige gesellschaftliche Aufgabe konkretisiert wurde. Die Qualitätsweiterentwicklung, die inhaltliche Bildungs- und Erziehungsgestaltung in der Praxis sowie die Prozessorientierung wird durch die Themenvielfalt der Fortbildungen, der projektbezogenen Fortbildungen, der Leiter/innen-Arbeitstagungen und der Fachberatungsinhalte angeregt und unterstützt.
Konkrete Informationen, Fragen und Anmeldung nur über die Fachberaterin Ursula Büthe im Jugendamt, Tel. 05721 703400.

Marte Meo-Therapeuten/ Kollegen-Trainer-Kurs

Aufbaukurs (bestehende Gruppe)
Marte Meo ist Entwicklungsunterstützung mit Videobegleitung
Stadthagen, Jakob-Dammann-Haus, Marienburger Str. 10 B
Ursula Büthe
Fr, 16.01., 14.00 - 19.00 Uhr,
7 Nachmittage
Die weiteren Termine: 13.02., 13.03., 17.04., 15.05., 12.06. und 03.07.
KursNr: 211715

Sprachbildung und Sprachförderung in Kindertagesstätten

Bestehende Arbeitsgruppe
Stadthagen, Jakob-Dammann-Haus, Marienburger Str. 10 B
Ursula Büthe
Do, 22.01., 26.02., 19.03., 07.05., jeweils 14.30 - 17.00 Uhr,
Do, 25.06., ganztägig
Do, 16.07., 14.30 - 17.00 Uhr
KursNr: 213915

Früherkennung von Risikomerkmalen

bei Kindeswohlgefährdung § 8 a
Stadthagen, Kreishaus, Saal 3, Jahnstr. 20
Birgit Schaper-Gerdes/Christel Varelmann
Mo, 02.03., 09.00 - 16.00 Uhr
Di, 03.03., 09.00 - 16.00 Uhr
KursNr: 214515

„Ich und Du“

Rhythmisch-musikalische Gestaltungsmöglichkeiten in der Interaktion von Erzieher/in - Kind - Familie
Stadthagen, Kirchengemeinde St. Joseph, Bahnhofstr. 3
Bettina Abraham
Fr, 06.03., 09.00 - 16.30 Uhr
KursNr: 214115

Leiter/innen-AG aller Kindertageseinrichtungen

Arbeitstreffen „Zeitmanagement“
Stadthagen, Jakob-Dammann-Haus, Marienburger Str. 10
Petra Wagner/
Maria Gierse-Westermeier
Do, 12.03., 14.00 - 17.00 Uhr
KursNr: 215415

Haus der kleinen Forscher

„Forschen mit Luft für 3- bis 10-Jährige“
Bückeburg, Alte Landfrauenschule, Jetenburger Str. 11
Eva von Löbbecke-Lauenroth/Helma Hartmann-Grolm
Mi, 18.03., 09.00 - 16.30 Uhr
KursNr: 534102

Jugendamt

Papilio Zertifizierungsfeier

Papilio ist ein Programm für Kindergärten zur Vorbeugung gegen die Entwicklung von Sucht und Gewalt.
Stadthagen, Kreishaus, Saal 2-3, Jahnstr. 20
Mi, 15.04., 17.00 - 19.00 Uhr
KursNr: 214215

Kinder als Naturforscher

Die Neugierde für einheimische Vögel wecken
Hespe, Büro für angewandte Biologie, Oststr. 9
Eva von Löbbecke-Lauenroth
Mi, 06.05., 14.00 - 17.00 Uhr
KursNr: 534315

Elterngespräche mit schwierigen Themen angstfrei führen können

Stadthagen, Jakob-Dammann-Haus, Marienburger Str. 10
Birgit Schaper-Gerdes/Ursula Büthe
Di, 12.05., 09.00 - 16.30 Uhr
KursNr: 214315

Kinder als Naturforscher

Gräser und Kräuter auf der Wiese und am Wegesrand
Hespe, Büro für angewandte Biologie, Oststr. 9
Eva von Löbbecke-Lauenroth
Mi, 20.05., 14.00 - 17.00 Uhr
KursNr: 534415

Begegne dem Clown in Dir

Stadthagen, >alte polizei<, Obernstr. 29
Sabine Kemmann
Mo, 22.06. und 06.07.,
jeweils 14.30 - 17.30 Uhr
KursNr: 214615

Selbst-Coaching

Wie managen Sie sich erfolgreich?

Wer Lebenspläne und berufliche Ziele erfolgreich umsetzen möchte, benötigt persönliche, sozial-kommunikative Kompetenzen wie die Fähigkeit sich selbst zu managen, Kenntnisse über effektive Lernmethoden, genügend Ausdauer und Geduld in schwierigen Lebensphasen und den Mut, andere als Helfer/in anzusprechen. Darüber hinaus Selbstdisziplin, wenn der „innere Schweinehund“ erwacht, Motivationsstrategien für frustrierende Situationen, das Wissen und ein Konzept sich selbst zu coachen.
Zwei wichtige Voraussetzungen zum Selbst-Coaching bringen Sie bereits mit: Wer kennt Sie so gut wie Sie sich selbst (Selbstbild)? Sie können Fragen nach eigenen Stärken und Schwächen am besten beantworten. Ihre zweite Fähigkeit (Selbstreflexion) ist die, sich liebevoll kritisch zu betrachten, um auf dieser „Metaebene“ einen Perspektivenwechsel zu erreichen, der zu neuen Handlungsstrategien verhilft.
Schwerpunkte sind:

- Wie wird man sein eigener Coach? Welche Kompetenzen braucht man?
- Selbst-Coaching-Konzept mit Übungsteil
- Anregungen und Tipps für Zuhause
- In der Kursgebühr enthalten ist ein Reader, der für die Mitarbeit und spätere Anwendung des Erlernten von Nutzen ist.

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Ingryt Paterok
Fr, 29.05., 17.15 - 21.30 Uhr
Sa, 30.05., 09.00 - 17.45 Uhr
65,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 36,25 EUR
Anmeldeschluss: 18.05.
KursNr: 224512

Mediation

Konflikte konstruktiv und einvernehmlich lösen

Mediation ist ein Verfahren mit dem Konflikte anhand eines Handlungsleitfadens in aufeinander abgestimmten Phasen und unter Einhaltung von Regeln bearbeitet werden. Ziel ist eine einvernehmliche Vereinbarung, die von allen Beteiligten getragen und umgesetzt werden kann, eine win-win Lösung.
Wie wichtig es ist, einvernehmliche Lösungen zu finden, wird deutlich, wenn die Streitparteien auch weiterhin miteinander auskommen müssen, wie in Familien, Nachbarschaften, in der Arbeitswelt etc..
Die professionelle Mediation wird von ausgebildeten Mediatoren/innen begleitet, jedoch kann sich jede/r das Prinzip dieses Verfahrens zu Eigen machen und die eigene Konfliktkompetenz damit grundlegend erweitern.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gisela Natzel
Fr, 27.02., 17.00 - 21.00 Uhr
Sa, 28.02., 09.30 - 17.00 Uhr
38,00 EUR * (K)
*Auf Antrag bei der Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft ist eine Förderung für bestimmte Zielgruppen bis zu 50% der Kursgebühr möglich.
(K) Eine Kinderbetreuung wird bei Bedarf gestellt. Bitte bei der Anmeldung rechtzeitig anfragen.
Anmeldeschluss: 17.02.
KursNr: 225315

Erfolgreiche Gesprächs- und Verhandlungsführung am Arbeitsplatz und im Alltag

Praktische Kommunikationspsychologie

Als Führungskraft oder Mitarbeiter/in, reicht es heute nicht mehr, nur fachlich topp zu sein. Die Fähigkeit erfolgreich zu kommunizieren, spannungsfreie Arbeitsbeziehungen herzustellen, Konflikte und Probleme auszuhalten und sie aktiv anzupacken, sich gut in der Zeit zu organisieren, Grenzen zu setzen um z. B. „Burnout“ oder „Mobbing“ vorzubeugen, bringt die fachliche Qualifikation erst zum Tragen und gilt als Schlüssel zur beruflichen Zukunft.
Das Seminar orientiert sich an den Teilnehmenden, die die Möglichkeit erhalten Fragen und Anliegen einzubringen.
Folgende Schwerpunkte/Fragen werden bearbeitet:

- Welche kommunikativen Fertigkeiten unterstützen einen offenen und wertschätzenden Gesprächsstil?
- In welcher Art und Weise kommuniziert man konstruktiv und destruktiv?
- Was unterstützt eine erfolgreiche Gesprächs- und Verhandlungsführung?
- Wie verhandelt man ehrlich und authentisch ohne zu manipulieren?
- Was sind verbale Türöffner?
- Wie sieht eine offene und freundliche Körperhaltung aus?
- Welche Ressourcen bringen Sie bereits mit ein?

Das Seminar bietet die Möglichkeit, anhand von ausgesuchten Theoriemodellen und praktischen Übungen aus der rhetorischen Kommunikation, Verkaufspsychologie und Verhandlungsführung das eigene Kommunikations- und Gesprächsrepertoire zu erweitern.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Ingryt Paterok
Fr, 15.05., 17.15 - 21.30 Uhr
Sa, 16.05., 09.00 - 17.45 Uhr
57,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 05.05.
KursNr: 224802

86400 Sekunden für Jede/n

Zeit- und Selbstmanagement

Wenn ein Arbeitstag einfach nicht reicht, um alles abzuarbeiten, ist oft schlechtes Zeitmanagement schuld. In diesem Kurs lernen Sie erste Schritte und Methoden, um den Status quo zu verbessern. Stichwort: Effektivität. Es fängt schon damit an, die richtigen Ziele zu formulieren. Werden Sie sich bewusst, welche Ziele Sie im Alltag, am Arbeitsplatz, im Studium oder im Privatleben haben - welchen Anspruch stellen Sie an sich selbst? Was möchten Sie lernen? Setzen Sie Prioritäten. Damit fängt alles an.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Axel Bürger
Do, 28.05., 19.00 - 21.15 Uhr
8,50 EUR
Anmeldeschluss: 21.05.
KursNr: 224112

TIPP

Anmeldeschluss versäumt?
Rufen Sie uns an. Es lohnt sich nachzufragen, ob noch ein Platz frei ist.

BU

Selbstsicherheit steigern

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost
Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Personen, die privat und beruflich mehr Selbstsicherheit gewinnen wollen. Selbstsicherheit ist entscheidend, um glücklich sein zu können. Selbstsicherheit ist weit mehr als gleichauf mit zu schwimmen, es ist die Grundlage für Zivilcourage sowie vieles mehr. Es ist das Wissen um einen selbst, um die eigenen Leitbilder, den zentralen Lebensentwurf, die daraus resultierende Sicherheit sich selbst und anderen gegenüber. In diesem Bildungsurlaub geht es um mehr Sicherheit zu wissen, wer man ist, wie man ankommt und worauf man achten muss, um eine souveräne Position zu beziehen, ganz konkret im Umgang mit anderen Menschen. Auch in kritischen Situationen.
Norderney, Caritas Inseloase
Wolfgang Uhle
So, 01.11., 18.00 Uhr
bis Fr, 06.11., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
490,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension (EZ-Zuschlag = 15,00 EUR)
Anmeldeschluss: 25.08.
KursNr: 220200

BU

Frauen in der Lebensmitte

Gesundheit und Lebensqualität stärken

Die Lebensmitte ist speziell für Frauen eine Zeit des Umbruchs und damit Anlass Bilanz zu ziehen. In diesem Bildungsurlaub für Frauen geht es um die Wahrnehmung von Gesundheit und das Entdecken von Energiequellen für diese Lebensphase. Es geht um Perspektiven für die zweite Lebenshälfte und Möglichkeiten, die Hürden der Lebensmitte erfolgreich zu betrachten.
Kursinhalte sind u. a.:

- die Pfeiler der Gesundheit: Ernährung, Entspannung und Bewegung
- Burn-out-Prophylaxe/Strategien zur Stressbewältigung
- die interessenorientierte Kommunikation als Orientierung
- Verhaltensmöglichkeiten in Konfliktsituationen
- Geistig fit bleiben – ganzheitliches Gedächtnistraining

Therapieerwartungen kann nicht entsprochen werden!
Spiekeroog, Haus Winfried
Antonia Heinrich/Uschi Haber
So, 01.11., 18.00 Uhr
bis Fr. 06.11., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
499,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension (EZ-Zuschlag: 50,00 EUR)
Anmeldeschluss: 30.07.
KursNr: 223200

Gedichte Europas

Europa in seiner lyrischen Form

Mit dem Finger auf der Landkarte und dem Gedichtband durch Europa. Die unterschiedlichen und jeweils typischen Seelenzustände, die in Gedichten ausgedrückt werden, können dem Lesenden über die Seele eines Volkes oft mehr erzählen, als es Nachrichten vermögen. Welche Bilder werden gewählt, welche Form entwickelt? Bei dem Kurs geht es vor allem darum, beim Vorlesen der Gedichte dem Inhalt und der Form nachzuspüren. Deshalb bietet der Kurs sprecherzieherische Grundlagen und stimmliche Übungen an, die die Teilnehmenden zum Vorlesen der Gedichte anleiten. Wenn die Teilnehmenden Gedichte zum Thema kennen, können sie diese auch gerne mitbringen. Ansonsten werden sie mit einer Auswahl versorgt.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Beate Josten
Sa, 18.04., 10.00 - 16.00 Uhr
So, 19.04., 10.00 - 15.00 Uhr
38,00 EUR
Anmeldeschluss: 08.04.
KursNr: 224102

Einführung in das NLP

Das Leben positiv gestalten

Richard Bandler und John Grinder, ein Mathematiker und Psychologiestudent sowie ein Linguist: Diese beiden Wissenschaftler entwickelten in den 70er Jahren das Neuro-Linguistische Programmieren (NLP). Sie gingen davon aus, dass jeder Mensch alle Fähigkeiten und Kräfte in sich hat, die für eine positive Gestaltung seines Lebens notwendig sind. Darauf aufbauend arbeiteten die Beiden Methoden aus, um die eigene Wahrnehmung zu schärfen und gewünschte Veränderungen in den Strukturen der Kommunikation, des Erlebens, Handelns und Denkens zu ermöglichen. Theorie und Praxis des NLP lernen Sie in diesem Seminar anhand praktischer Übungen kennen - zum Beispiel: Grundannahmen des NLP, Wahrnehmungsprozesse, Sinnessysteme, Körpersignale, Augenbewegungs- und Sprachmuster (Repräsentationssysteme) sowie die neurologischen Ebenen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Rita Kreikebohm
Fr, 20.03., 18.30 - 21.00 Uhr
Sa, 21.03., 10.00 - 17.00 Uhr
So, 22.03., 10.00 - 15.00 Uhr
49,00 EUR
Anmeldeschluss: 10.03.
KursNr: 224915

Selbstmanagement mit NLP

Interaktiver Abendworkshop

Sie möchten ein besseres Verhältnis zu Kolleginnen oder Kollegen, zu Partner oder Partnerin oder auch zu Ihren Kunden oder Kundinnen aufbauen? Sie möchten Ihre Aufmerksamkeit erhöhen, Ihre Wahrnehmungsfähigkeit für körpersprachliche Signale verbessern und Strategien erfolgreicher Menschen kennenlernen? Dann wird NLP Ihren Horizont erweitern. NLP steht für „Neuro-Linguistisches-Programmieren“ und ist ein Kommunikations-, Persönlichkeits- und Motivationsmodell. Dieser Workshop bietet Ihnen einen ersten Einblick. Der Dozent arbeitet mit vielen praktischen Übungen, um den Transfer in den Alltag zu sichern.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Axel Bürger
Do, 07.05., 19.00 - 21.15 Uhr
8,50 EUR
Anmeldeschluss: 30.04.
KursNr: 224312

Die Kunst des guten Gesprächs

Gut reden – aber wie?

In diesem Kurs können Sie lernen, Reibungsverluste zu vermeiden und Gedanken passend auszudrücken. Sie haben so die Möglichkeit, mit temperamentvollen Menschen, – vielleicht ihrem/ihrer Chef/in, vielleicht auch mit Kollegen/innen oder Freunden/innen –, flexibel umzugehen. Basis der Kommunikation soll sein, die Wirklichkeit zu beschreiben. Sie üben zudem, Worte zu nutzen, die verständlich und freundlich sind.
Die Frage: – Wer hat Recht, – wer hat Unrecht? – wird dabei so gut wie möglich außer Kraft gesetzt („suspendiert“).
Damit Sie den passenden Kommunikationskanal nutzen können, brauchen Sie Zeit, Aufmerksamkeit und Verständnis für die verschiedenen Gesprächsformen. Der Kurs enthält zum einen neue, praktische Übungen, zum anderen Phasen, in denen Worte und Sätze in einen größeren Zusammenhang gestellt werden. Für den Lernerfolg ist es günstig, neugierig und unvoreingenommen an die Übungen heranzugehen.
Inhalte:

- Gedanken in Worte umwandeln
- die individuell passende Körperspannung aufbauen
- unterschiedliche Arten der Kommunikation betrachten, aktives Zuhören, Datenverarbeiter, Schlüsselfragen, Lösungsorientierung
- Stress erkennen und vermeiden
- Sätze und Begriffe nutzen, die positive Gedanken hervorrufen
- ruhige Reflexion

Für Arbeitsblätter entstehen Kosten von 7,00 EUR.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Christoph Teschner
Sa, 07.03., 10.15 - 15.45 Uhr
17,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 26.02.
KursNr: 224115

Bodytalk

... was Worte nicht sagen

Neben der Sprache sind unser Erscheinungsbild und die Art, wie wir uns ausdrücken, wichtig für die Übermittlung einer Botschaft und Grundlage unseres Selbstwertgefühls. Es ist gar nicht so einfach, sich im Klaren darüber zu sein, was man mit Körpersprache ausdrücken möchte. In dieser Fortbildung geht es darum, realistische, stressfreie Gedanken in passende Gesten und Haltungen zu verwandeln. Im Alltag ist Courage in vielfältiger Weise nötig, um sich nicht hinter Übersprunghandlungen oder „Nettigkeiten“ verstecken zu müssen. Die Teilnehmenden erhalten auch Hinweise, wie sie Körpersprache und Mimik von Gesprächspartnern deuten, „Falschaussagen“ erkennen und sich darauf einstellen können. Voraussetzung für die Teilnahme ist die Bereitschaft, sich auf neue, praktische Übungen einzulassen.
Inhalte:

- Redewendungen mit Gesten verbinden
- Gesprächspartner beobachten und einschätzen
- ruhig reflektieren, mündlich und schriftlich
- Regeln für authentische Gestik und Präsenz anwenden
- freundliche Beschreibung des eigenen Auftretens erleben

Für Arbeitsblätter entstehen Kosten von 7,00 EUR.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Christoph Teschner
Sa, 09.05., 10.15 - 16.30 Uhr
19,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 30.04.
KursNr: 224202

Die Kunst des guten Fragens

Gut reden – aber wie?

Viele Fragen sind zu direkt formuliert und rufen Blocks und Widerstände hervor. Gelegentlich ist auch der Kommunikationskanal falsch gewählt, und es entsteht kein Kontakt. – Was ist zu tun?
Um ein Gespräch in Schwung zu bringen oder neue Informationen zu bekommen, brauchen Sie eine ganze Reihe verschiedener Frageformen. Sie können Daten abfragen, eine Richtung vorgeben, jemanden erfreuen, ein weites Denken ermöglichen oder Kontakt herstellen. - Möchten Sie in kompakter Form die wichtigsten Möglichkeiten kennenlernen? In diesem Seminar geht es sowohl um den Wunsch, mehr zu erfahren als auch darum, Muster zu erkennen, die hinter den Antworten stecken. Kerngedanke des Seminars ist: Ich bin o.k. +, du bist o.k. +
Behandelt werden im lockeren Unterrichtsgespräch, anhand von Arbeitspapieren und in praktischen Übungen:

- lösungsorientierte Formulierungen
- rhetorische Fragen
- kontrollierter Dialog
- der Wirklichkeitsbezug
- Schlüsselfragen im Vorstellungsgespräch
- Wunderfragen
- Aussprache: Möglichkeiten der Anwendung

Für Arbeitsblätter entstehen Kosten von 7,00 EUR.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Christoph Teschner
Di, 23.06., 17.30 - 21.45 Uhr
14,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 13.06.
KursNr: 224302

TIPP

„Kleingedrucktes“
Die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS“ sind – klar und gut leserlich – auf der vorletzten Seite abgedruckt.

BU

Stress im Beruf und Alltag – inzwischen verändert?

Aufbauseminar

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost

„Stresskompetenz – wo stehe ich heute?“ Konnte ich die Erkenntnisse des Basisseminars umsetzen? Welchen Stressfallen kann ich entgehen? In welche trete ich immer wieder? Welche Kompetenzen will ich verbessern? Im beruflichen und privaten Umfeld nehmen die Herausforderungen stetig zu. Wir sind gefordert, in den Situationen zu reagieren und benötigen dafür ein entsprechendes Handlungsrepertoire. Inhaltliche Schwerpunkte sind u. a.:

- Stress
- Folgen für die Gesundheit
- Stressbewältigung
- Kommunikationsfallen erkennen
- Bedeutung der interessenorientierten Kommunikation für die Konfliktdeeskalation
- Konflikte souverän meistern
- Burn-out-Prophylaxe
- Selbst-Coaching

Therapieerwartungen kann nicht entsprochen werden!

Spiekeroog, Haus Winfried
Antonia Heinrich/Uschi Haber
So, 19.07., 18.00 Uhr
bis Fr, 24.07., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
499,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 50,00 EUR)
Anmeldeschluss: 01.05.
KursNr: 225100

BU

Stressbewältigung im Beruf und Alltag

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost

„Stress lass nach!“ Wer von uns kennt diesen Ausspruch nicht? Bei steigenden Anforderungen im beruflichen und alltäglichen Umfeld wird es immer wichtiger, sich ein persönliches Stresspräventions- und Bewältigungsprogramm aufzubauen, um den täglichen Herausforderungen mit Gelassenheit begegnen zu können. Wir gehen der Frage nach: „Was ist eigentlich Stress und wie gehen wir konstruktiv mit ihm um?“

Schwerpunkte werden u. a. sein:

- Grundwissen über das Stressgeschehen und verschiedene Stressmodelle
- Alternative Verhaltensweisen in Stress- und Konfliktsituationen
- Interessenorientierte Kommunikation
- Stärkung der eigenen Ressourcen
- Flexibilität und Erweiterung des Repertoires von Bewältigungsstrategien u. a. (Selbst-/Zeitmanagement, wertschätzende Kommunikation, verändertes Konfliktverständnis, kreativer Problemlösung)

Therapieerwartungen kann nicht entsprochen werden!

Spiekeroog, Haus Winfried
Antonia Heinrich/Uschi Haber
So, 13.09., 18.00 Uhr
bis Fr, 18.09., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
510,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag: 50,00 EUR)
Anmeldeschluss: 03.07.
KursNr: 220100

BU

Kommunikationstraining für den beruflichen Erfolg

Schlüsselqualifiktationen erwerben

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover und der VHS Lippe-Ost

Als Fachfrau und Fachmann reicht es heute nicht mehr, nur fachlich topp zu sein. Die Fähigkeit zu selbständigem Arbeiten, zur Zusammenarbeit, zum Selbstmanagement, zur Konfliktbewältigung, zu erfolgreicher Kommunikation u. a. m. bringt die fachliche Qualifikation erst zum Tragen und gilt als wichtiger Schlüssel zur beruflichen Zukunft.

Das Seminar bietet die Möglichkeit, die kommunikativen Fähigkeiten und Verhaltensweisen theoretisch und praktisch zu erarbeiten, mit dem Ziel das persönliche Kommunikations-Profil zu aktualisieren.

Die praktische Phase wird mit Übungen und Rollenspielen unterstützt. Dementsprechend setzt es eine aktive Mitarbeit der Teilnehmer/Innen voraus. Haben Sie Mut sich im Feedback- Spiegel neu zu betrachten und in einer lebenslangen Lernspirale einzusteigen?!

Norderney/Nordsee, Haus Waldeck
Ingryt Paterok
So, 11.10., 18.00 Uhr
bis Fr, 16.10., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
495,00 EUR
inkl. Unterkunft, Vollpension und Schulungsunterlagen
(EZ-Zuschlag = 20,00 EUR)
Anmeldeschluss: 09.08.
KursNr: 223000

Mündlich gut

Rhetoriktraining für Jedermann

Sie wollen entspannter und flexibler kommunizieren? Dann sind Sie hier richtig. Wer kommuniziert, will ein Ziel erreichen. Bewusst oder unbewusst. Und die Sprache bleibt das wichtigste Werkzeug im Alltag. Erwartungshaltungen, Feedback, Unterschiede zwischen Selbstbild und Fremdbild – wer weiß, wie die eigene Kommunikation wirkt. Dieses Praxistraining bietet Chancen, sich auf verschiedene Gesprächssituationen einzustellen. Vortrag, praktische Übungen und Gruppenarbeit wechseln sich ab. Das Training bietet zudem Einblicke in den Bereich NLP (Neuro-Linguistisches-Programmieren).

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Axel Bürger
Sa, 18.04., 10.00 - 17.00 Uhr
25,00 EUR
Anmeldeschluss: 06.04.
KursNr: 224412

BU

Überzeugen durch Rhetorik und Körpersprache

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost

In diesem Bildungsurlaub lernen Sie, wie Sie Ihr rhetorisches Potential besser ausnutzen und Ihre Körpersprache gezielt einsetzen. Sie erfahren, wie Sie souverän in allen Situationen werden können. Inhalte u. a.:

- vor Gruppen souverän präsentieren
- Selbst- und Fremdbild
- Kommunikation mit allen Sinnen
- Körpersprache
- Lampenfieber, ja und?
- Umgang mit kritischen Fragen und Störenfrieden

Norderney/Nordsee, Haus Waldeck
Wolfgang Uhle
So, 08.11., 18.00 Uhr
bis Fr. 13.11., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
470,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 20,00 EUR)
Anmeldeschluss: 08.08.
KursNr: 220500

BU

Selbstmanagement und Selbstmotivation am Arbeitsplatz

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover und der VHS Lippe-Ost
Weshalb sollten Sie sich mit der Thematik Selbstmanagement und Selbstmotivation beschäftigen? Im Laufe der Berufsjahre kann es zu Erschöpfungszuständen und Leistungsabfall kommen. In kritischen Situationen reagieren wir eher unbedacht und fühlen uns nicht mehr souverän, eher explosiver. Seminarziel ist, sich selber zu managen, proaktiv statt passiv in problematischen Situationen zu bleiben, dem Burn-out vorzubeugen. Diese Ziele sind zu erreichen, wenn wir – neben anderen Dingen – unsere positiven Gefühle steuern und aktivieren können. Wir beschäftigen uns mit Theorien und Modellen aus der Emotions- und Gehirnforschung, der Kommunikationspsychologie und Motivationstheorien. Darüber hinaus werden Ihre Sinne angeregt, sich auf die Suche nach dem eigenen Selbst zu begeben.
Spiekeroog, Haus Barmen
Ingryt Paterok
So, 14.06., 18.00 Uhr
bis Fr, 19.06., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
495,00 EUR
inkl. Unterkunft, Vollpension
und Schulungsunterlagen
(EZ-Zuschlag: 50,00 EUR bzw. 10,00 EUR bei gemeinsamer DU/WC)
Anmeldeschluss: 10.04.
KursNr: 224300

BU

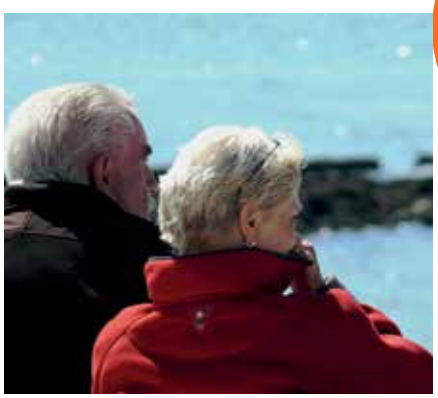
Mein Weg – nächste Schritte in der Lebens- und Berufsplanung

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost
Bilanz ziehen – die eigenen Stärken und Potentiale erkennen und entdecken als Ausgangspunkt für den nächsten Schritt in der Lebens- und Berufsplanung. In diesem Bildungsurlaub haben Sie Zeit innezuhalten, zu entspannen, bei sich anzukommen, um eine aktuelle Standortbestimmung Ihres beruflichen und privaten Weges vorzunehmen. Sie haben Gelegenheit, Ihre Vorstellungen und Ideale zu überprüfen, zu reflektieren und gegebenenfalls zu verändern. So haben Sie dann die Möglichkeit, den nächsten Schritt für Ihren weiteren Weg beruflich und/oder privat vorzubereiten.

Spiekeroog, Haus Winfried
Maria Gierse-Westermeier/Ilka Franke
So, 07.06., 18.00 Uhr
bis Fr, 12.06., 13.00
Bildungsurlaub
480,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 50,00 EUR)
Anmeldeschluss: 10.04.
KursNr: 223000

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Maria Gierse-Westermeier/Ilka Franke
Mo, 15.06., 09.00 Uhr
bis Fr, 19.06., 16.15 Uhr
Bildungsurlaub
130,00 EUR
Anmeldeschluss: 04.05.
KursNr: 223002

Spiekeroog, Haus Winfried
Maria Gierse-Westermeier/Ilka Franke
So, 20.09., 18.00 Uhr
bis Fr, 25.09., 13.00
Bildungsurlaub
499,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 50,00 EUR)
Anmeldeschluss: 11.06.
KursNr: 226000



Lupo_pixelio

BU

...und plötzlich spürst du, dass du älter wirst

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost
Oft schleicht sich dieses Gefühl fast unmerklich ein, wird manchmal kaum erkannt, „nagt“ an einem, belastet den (All-)Tag: ich werde älter, kann nicht mehr unbegrenzt mit voller Power arbeiten und leben, das Älter-/Altwerden nicht mehr wegschieben. Was bedeutet es für mich, dass ich nicht mehr „ungebrochen jung“ bin, dass die Debatten über die ältere Generation? Wie gehe ich mit dieser Wechsellage meines Lebens um? Gibt es neue Perspektiven, vor allem: schöne, spannende, lebenswerte? Dieser Bildungsurlaub dient dem Austausch eigener Erfahrungen und dem Nachdenken über die gesellschaftliche Wirklichkeit des Älterwerdens. Vor allem geht es um den Versuch, motivierende Ideen für diesen neuen Lebensabschnitt zu entwickeln - also das Schwierige nicht zu verdrängen und neue Chancen zuzulassen.
Spiekeroog, Haus Winfried
Ilka Franke
So, 25.10., 18.00 Uhr
bis Fr, 30.10., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
490,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 50,00 EUR)
Anmeldeschluss: 11.06.
KursNr: 134000

BU

Vor der Rente – eine Entdeckungstour

In Zusammenarbeit mit der
VHS Lippe-Ost
Ideen für die Zeit danach hat sicherlich jede/r, der/die sich dem Rentenalter nähert gemacht. Aber irgendwann sind Goethes Werke ausgelesen und an dem neu angelegten Kaninchengehege ist partout nichts mehr zu verbessern. Der rote Sportwagen im Hof ist frisch geputzt bzw. der Zusatzantrag an das Sozialamt abgeschickt, je nachdem.
Was dann? Das zukünftige Rentenalter ist kein kurzer Zeitraum des Ruhestandes sondern ein neuer, eigenständiger Lebensabschnitt, den es zu gestalten gilt. Dabei wollen wir das biologische Alter nicht verleugnen, doch unsere Potenziale erkennen, damit Körper und Geist bewusst in Schwung bleiben.
Wir wollen Projekte von und mit Senioren/innen besuchen, die etwas Neues ausprobieren: andere Wohnformen, unterschiedliche Betätigungsmöglichkeiten und ehrenamtliche Tätigkeiten ausüben, Minijobs, Kunst und Natur und einiges mehr.Der Bildungsurlaub richtet sich an Menschen, die kurz vor der Rente stehen.
Berlin, Sophienhof
Regina Ulwer
Mo, 16.11., 14.00 Uhr
bis Fr, 20.11, 14.00 Uhr
Bildungsurlaub
335,00 EUR
inkl. Unterkunft und Frühstück
(EZ-Zuschlag = 118,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte (außer Kosten für öffentliche Verkehrsmittel)
Anmeldeschluss: 06.08.
KursNr: 160100

TIPP
Anmeldung
Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

„Einmal ein Star auf der Bühne sein!“

Theaterprojekt Gruppe I
Durch das Zusammenwirken von Musik, Gesang, Tanz und Bewegung wollen wir die Phantasie, Spielfreude, Wünsche und kreative Fähigkeiten der Teilnehmenden wecken und fördern.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Joanna Komander
Mi, 04.02., 16.30 - 18.00 Uhr,
14 Nachmittage
40,60 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 314512

„Einmal ein Star auf der Bühne sein!“

Theaterprojekt Gruppe II
Wir sind keine Neulinge mehr in der Theaterszene.
Mit Hilfe der Phantasie der Teilnehmenden, ihrem körperlichen Ausdruck, Mimik und Bewegung wird auf der Bühne weitaus mehr vermittelt als viele Worte zu sagen vermögen.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Joanna Komander
Mi, 04.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
14 Abende
40,60 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 314612

Freizeit einmal anders

Dieser Kurs richtet sich an Jugendliche und Erwachsene mit besonderen Lernbedürfnissen, die Lust haben, in ihrer Freizeit viel Neues zu erleben. Es werden neue Lieder und Basteltechniken gelernt, Musik gehört, getanzt, gespielt, Filme angesehen etc.
Im Mittelpunkt steht die Freude am gemeinsamen Tun und das Sammeln neuer Eindrücke und Anregungen für eine sinnvolle Freizeitgestaltung.
Stadthagen, Schule am Bürgerwald
Ursula Schumann/Gisela Rofalski
Do, 05.02., 19.00 - 21.00 Uhr,
15 Abende
58,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 894115

Brotaufstriche

In diesem Kurs wollen wir gesunde Brotaufstriche herstellen. Von herzhaft bis süß.
Gesundes muss aufs Brot!

Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Jutta Dulkies
Fr, 06.02., 14.00 - 17.00 Uhr
6,00 EUR
ohne Materialkosten
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 892012

Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Jutta Dulkies
Fr, 13.02., 14.00 - 17.00 Uhr
6,00 EUR
ohne Materialkosten
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 892112

Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Jutta Dulkies
Fr, 20.02., 14.00 - 17.00 Uhr
6,00 EUR
ohne Materialkosten
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 892212

Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Jutta Dulkies
Fr, 27.02., 14.00 - 17.00 Uhr
6,00 EUR
ohne Materialkosten
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 892312

Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Jutta Dulkies
Fr, 06.03., 14.00 - 17.00 Uhr
6,00 EUR
ohne Materialkosten
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 892412

Frauen im Gespräch

Dieser Kurs ist gedacht für interessierte Frauen, die in ihrer Freizeit mit anderen Frauen etwas Gemeinsames unternehmen wollen. Es kann wieder viel geredet, gelacht, gesungen, gespielt und „Neues“ in kleinen Rollenspielen erprobt werden. Auch dieses Mal können wir uns „nur“ an einem Tag treffen. Erfahrene und „neue“ Frauen sind herzlich willkommen.
Bitte mitbringen: Eigene Getränke und Essen für eine kleine Zwischenmahlzeit.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Maria Fichte
Sa, 28.02., 12.15 - 14.45 Uhr
5,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 225612

Männer unter sich

Wir wollen uns treffen. Wir wollen miteinander reden. Wir wollen uns austauschen und besser kennenlernen. Wir wollen Themen nach eigenen Wünschen und Vorstellungen in die Tat umsetzen.
Rinteln, Cafeteria der Wohnheime, Waldkaterallee 13
Klaus Harms
Mo, 09.02., 16.30 - 19.00 Uhr,
5 Termine
12,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
Die weiteren Termine: Mo, 23.02., 16.03., 11.05. und Di, 26.05.
KursNr: 225512

Arbeitskreis „Kunst und Behinderung“

Wir sind eine lockere Zusammenkunft von Künstlern/innen mit und ohne Behinderungen, Betreuer/innen und Werkstattleiter/innen. Wir versuchen, Ausstellungen zu organisieren und Sponsoren/innen zu finden. Interessierte sind herzlich willkommen. Ob mit oder ohne Behinderung - die Teilhabe am kulturellen Leben Schaumburgs sollte selbstverständlich werden.
Stadthagen, Atelier am Bruchhof
Gudrun Bokeloh/Kai Kandziora
Mi, 18.03., 17.00 - 19.00 Uhr
Mi, 24.06., 17.00 - 19.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 165115

Lupo_pixelio

Pferde erleben und verstehen

Ein Tag auf dem Reiterhof

Dieser Kurs richtet sich an Jugendliche und Erwachsene mit besonderen Lernbedürfnissen. An diesem Tag wollen wir uns mit Pferden und deren Lebensraum beschäftigen. Dabei werden wir das Pferd häufig berühren und wollen versuchen, die „Sprache des Pferdes“ zu verstehen.
Danach soll das erste Reiten stattfinden.
Bitte mitbringen: Eigene Verpflegung, entsprechende Kleidung und unbedingt einen Reit- oder Fahrradhelm.

Groß Hegesdorf, Reitschule Hartmann
Petra Richter/Susanne Fischer
Sa, 11.04., 10.00 - 16.45 Uhr
26,10 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 884113

Groß Hegesdorf, Reitschule Hartmann
Petra Richter/Susanne Fischer
Sa, 25.04., 10.00 - 16.45 Uhr
26,10 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 884213

Reiten lernen einmal anders

Durch Bewegungsspiele auf dem Pferd

Dieser Wochenendkurs soll vom anfänglichen Geführtwerden über das Reiten an der Longe zum selbständigen Reiten führen. Die einzelnen Schritte und Möglichkeiten werden mit den Teilnehmenden abgestimmt. Bitte wetterfeste Kleidung tragen, feste Schuhe - am besten mit einem kleinen Absatz - und Fahrrad- oder Reithelm mitbringen.
Groß Hegesdorf, Reitschule Hartmann
Petra Richter/Susanne Fischer
Sa, 30.05., 10.00 - 16.00 Uhr
So, 31.05., 10.00 - 15.15 Uhr
Sa, 13.06., 10.00 - 16.00 Uhr
So, 14.06., 10.00 - 15.15 Uhr
87,00 EUR (bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 884313

Projekt Naturschutzwerkstatt

Mehr Natur erleben

Wir entdecken die Natur und helfen, die Natur zu schützen.

- Nisthilfen bauen
- Frösche beobachten
- Blumen für Schmetterlinge pflanzen
- Lehmpfütze für Schwalben anlegen

Stadthagen, >alte polizei<, Obernstr. 29
Klaus Geweke
Fr, 20.03., 15.30 - 17.15 Uhr,
4 Nachmittage
14,50 EUR (bereits ermäßigte Gebühr)
Die weiteren Termine:
Fr, 17.04., 29.05. und 12.06.
KursNr: 534115

Petra Bork_pixelio

Wellness für den Körper und die Seele

Sich selbst etwas Gutes tun, den Körper verwöhnen.

Wir stellen uns einen Lippenpflegestift aus Naturmaterialien her. Wir verwöhnen unsere Hände, die täglich viel beansprucht werden, sowie unsere Füße.
Bückeburg, Wohnanlage der PLSW, Robert-Koch-Str. 1
Jutta Dulkies
Fr, 10.04., 14.00 - 17.00 Uhr,
2 Nachmittage
11,60 EUR (bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 934402

Omas vergessene Nachspeisen

Wir erinnern uns gern an Omas Nachspeisen. Vom Original etwas abgewandelt, mit Früchten oder Cremespeisen.
Bückeburg, Wohnanlage der PLSW, Robert-Koch-Str. 1
Jutta Dulkies
Fr, 08.05., 14.00 - 17.00 Uhr,
2 Termine
11,60 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 924502

Freizeit – mach was draus

Spaß bei sinnvoller Freizeitgestaltung

An drei Sonnabenden bieten wir Ihnen ein abwechslungsreiches Angebot zu verschiedenen Themen. Wahlweise können Sie sich zu allen drei Veranstaltungen oder aber auch nur zu einem Thema anmelden. Im Vordergrund steht eine sinnvolle Freizeitgestaltung, die uns gemeinsam Spaß und Freude bereiten wird. Zu jedem Kurs benötigen wir am Kurstag einen Kostenbeitrag von 4,00 EUR für den Imbiss und Bastelmaterialien.

Valentinstag – Tag der Liebenden

Wir bieten ein Überraschungsbasteln an zum Verschenken an Euch selbst, Freund oder Freundinn oder jemanden, den ihr einfach gern habt.
Im Anschluss an das Bastelangebot backen wir Waffelherzen und machen Spiele zum Thema Valentinstag.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Hannelore Sauermann/
Ursula Kirchner
Sa, 07.02., 11.30 - 15.30 Uhr
7,50 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 894112

Bewegung mit Musik – Angrillen

Wir starten mit einer Gesprächsrunde bei Cappuccino oder Tee. Heute wollen wir uns bewegen und mit verschiedenen Materialien wie Bällen, Tüchern, Klangsäcken und Musikinstrumenten einen rhythmischen Nachmittag verbringen. Zum Abschluss werden wir zur Eröffnung der Grillsaison Bratwürste grillen.
Sie können sich vom Abendbrot in der Einrichtung abmelden.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Hannelore Sauermann/
Ursula Kirchner
Sa, 21.03., 14.30 - 18.30 Uhr
7,50 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 894312

Fensterschmuck für die Dekoration

Frühling/Sommer

Wir starten mit einem Frühlingsbrunch, welchen wir gemeinsam zubereiten werden. Mit verschiedenen Materialien, wie Mooskugeln, Blumen, Schmetterlingen, Stecknadeln und Satinbänder stellen wir einen dekorativen Fensterschmuck her. Das Bastelangebot ist auch für Ungeübte leicht zu handhaben.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Hannelore Sauermann/
Ursula Kirchner
Sa, 18.04., 10.00 - 14.00 Uhr
7,50 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 894512

Filzbilder

Malen mit Filzwolle

Kleine Kunstwerke entstehen, wenn Wolle ganz fein gezupft wird, mehrere Farben ergeben dann ein farbenfrohes Bild. So entstehen nach eigenen Vorstellungen, auf einfache Weise, ganz verschiedene Motive für die Wand, das Fenster oder als Tischdekoration.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Barbara Liebscher
Sa, 21.02., 14.00 - 16.15 Uhr
5,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 835312

Freundschaftsarmbänder filzen

Die Armbänder können ganz nach dem eigenen Geschmack gefilzt werden. Sie können bunt, dick oder dünn sein. Auf den Wollstrang kann nach Belieben andersfarbige Wolle aufgelegt werden. Wer möchte kann auch Perlen mitbringen, die ihr dann verwenden könnt.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Barbara Liebscher
Sa, 21.03., 14.00 - 16.15 Uhr
5,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 835412

TIPP

Angebot vor Ort
Sie suchen einen Kurs in Ihrer Stadt? Ab Seite 143 in diesem Heft finden Sie ein übersichtliches Verzeichnis.

Gebärdensprache zum Schnuppern

Ein kleiner Ausflug zur DGS

Zum Ausprobieren, kurzer und kompakter Einblick in die Welt der Gebärdensprache.
Lernen Sie unverbindlich die Sprache der gehörlosen Menschen kennen. Wir sprechen über die Geschichte der Gebärdensprache, die Kultur der gehörlosen Menschen und lernen die Gestik, Mimik und Körpersprache kennen. Gemeinsam erarbeiten wir Gebärden aus dem Alltag.
Auch ist ein Ausflug in die Welt der Körpersprache vorgesehen.
Dieser Kurs ersetzt nicht den Vorbereitungskurs!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Claudia Kraupner
Sa, 14.02., 10.00 - 15.00 Uhr
10,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
Anmeldeschluss: 06.02.
KursNr: 785215

Ausflug in die Körper- und Gebärdensprache

Sie werden auf die Begegnung mit gebärdenden Menschen vorbereitet, Sie erarbeiten Regeln, Alltagsgebärden, lernen buchstabieren und zählen in der Gebärdensprache. Ausgehend von Sachtexten und Geschichten über die Gehörlosigkeit möchte ich mit Ihnen über die Probleme zwischen hörenden und gehörlosen Menschen sprechen und diskutieren. Sie schulen Ihre Beobachtungsgabe und haben einen leichteren Einstieg in den nachfolgenden Sprachkurs DGS 1.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Claudia Kraupner
Mo, 23.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
6 Abende
17,40 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 785115

Gebärdensprache Aufbaukurs

Für Teilnehmende mit fortgeschrittenen Sprachkenntnissen zum Aufbau / zur Wiederholung und Vertiefung des Wortschatzes.
Die Dozentin ist gehörlos.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jutta Drescher
Do, 26.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
5 Abende
14,50 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 785515

Deutsche Gebärdensprache (DGS 1)

Für Anfänger/innen

Haben Sie Interesse, eine neue Kommunikationsform zu erlernen? Grundkenntnisse in der Deutschen Gebärdensprache (DGS) schaffen bessere Verständigungsmöglichkeiten zu Hörbehinderten: Die DGS ist die Basissprache der Gehörlosen und stellt eine eigenständige Sprache mit einem eigenen System dar, das mit keiner Lautsprache zu vergleichen ist und ausschließlich auf visuelle Wahrnehmung ausgelegt ist.
Der Besuch des Vorbereitungskurses ist nicht zwingend notwendig, erleichtert jedoch den Einstieg.
Diese Kurse sprechen auch Nicht-Gehörlose an.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jutta Drescher/Claudia Kraupner
Mo, 20.04., 18.00 - 19.30 Uhr,
6 Abende
37,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
Anmeldeschluss: 13.04.
KursNr: 785315

„Wir gebärden Lieder“ S(w)inging hands

Die VHS Show-Gruppe „S(w)inging hands“ trifft sich zum Wiederholen und Ausbauen ihres Repertoires. Diese Veranstaltungen sind offen für Teilnehmende mit fortgeschrittenen Gebärdensprachkenntnissen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Claudia Kraupner
Mo, 20.04., 19.30 - 21.00 Uhr
24,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 786015

Deutsche Gebärdensprache (DGS) für Fortgeschrittene

Diese Kurse sprechen auch Nicht-Gehörlose an.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jutta Drescher
Mo, 08.06., 18.00 - 19.30 Uhr,
6 Abende
17,50 EUR
KursNr: 785415

Kurse in Kooperation mit der PLSW-Werkstatt

In Kooperation mit der PLSW-Werkstatt in Stadthagen bietet die VHS Seminare in den Bereichen Hauswirtschaft, kreative Gestaltung / Darstellende Kunst, Computerwissen, Entspannungstechniken und Konzentrationsförderung sowie Interessenvertretung an.
Diese Kurse sind offen für alle Beschäftigten der PLSW-Werkstatt.
Die Anmeldung ist nur über den begleitenden Dienst der Werkstatt Stadthagen möglich.
Sollten Sie in Ihrer Institution ein ähnliches Interesse haben, gezielte Fortbildungen für den eigenen Wirkungskreis zu ermöglichen, fragen Sie bei uns nach: Dunja Cordes, Telefon: 05721 787115

Filzbilder

Malen mit Filzwolle

Kleine Kunstwerke entstehen, wenn Wolle ganz fein gezupft wird, mehrere Farben ergeben dann ein farbenfrohes Bild. So entstehen nach eigenen Vorstellungen, auf einfache Weise, ganz verschiedene Motive für die Wand, das Fenster oder als Tischdekoration.
Stadthagen, Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring 8
Barbara Liebscher
Sa, 21.02., 10.30 - 12.45 Uhr
5,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 835315

Entspannung

Abschalten lernen durch Autogenes Training und Phantasiereisen

Wir lernen abschalten durch systematisches Training mit Hilfe von Suggestion und Konzentration. Begleitend wollen wir mit Phantasiereisen auf Kurzurlaub gehen.

Stadthagen, Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring 8
Dorothea Schulte-Girr
Mo, 02.02., 12.30 - 14.00 Uhr,
14 Termine
40,60 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 226215

Stadthagen, Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring 8
Dorothea Schulte-Girr
Mo, 02.02., 14.00 - 15.30 Uhr,
14 Termine
40,60 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 226315

Theaterprojekt: „Die Traumwelt des Musicals“

Das Tanztheaterprojekt stellt auf spielerische Art die berühmtesten Musicals der Welt vor.
Die romantischen und zeitlos bezaubernden Geschichten mit dem Glauben an das Gute werden von den Teilnehmenden in Theater, Tanz und Musik wiedergegeben.
Stadthagen, Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring 8
Joanna Komander
Mi, 04.02., 12.30 - 14.00 Uhr,
14 Vormittage
40,60 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 314315

TIPP

„Kleingedrucktes“
Die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS“ sind – klar und gut leserlich – auf der vorletzten Seite abgedruckt.

Bilder hauen in Stein

Dies kann jede/r. Es hört sich nur so schwer an. Mit uns gestaltet jede/r nach Lust und Laune ein einfaches Steinbild, eine schwierige Figur oder vielleicht eine selbst ausgedachte Form. Die fertige Arbeit nimmt man am Ende mit und stellt sie in den Garten oder ins Museum.
Robuste Kleidung und feste Schuhe, die zum Wetter passen, müssen mitgebracht werden.
Stadthagen, Atelier am Bruchhof
Kai Kandziora
Do, 09.04., 09.00 - 12.00 Uhr,
3 Vormittage
17,50 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 824115

Gesellschaftstänze

Der Tanzkurs geht weiter! Erfahrene Tänzer/innen können ihre Tanzkünste verbessern, aber auch Neulinge sind herzlich willkommen.
Walzer, Disco Fox und vieles mehr – da kann die nächste Disco bald kommen!!!
Stadthagen, Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring 8
Uschi Braun
Fr, 13.02., 11.00 - 11.45 Uhr,
10 Termine
15,00 EUR
KursNr: 844915

Frühjahrs- und Osterschmuck

Schönes fürs Zimmer
Einen Osterkranz selber gestalten aus Stroh, Buchsbaum, Federn und Eiern. Material kann bei der Dozentin erworben werden.
Stadthagen, Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring 8
Anna Marie Wecke
Mo, 16.03., 09.00 - 11.15 Uhr
5,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 834115

Freundschaftsarmbänder filzen

Die Armbänder können ganz nach dem eigenen Geschmack gefilzt werden. Sie können bunt, dick oder dünn sein. Auf den Wollstrang kann nach Belieben andersfarbige Wolle aufgelegt werden. Wer möchte kann auch Perlen mitbringen, die ihr dann verwenden könnt.
Stadthagen, Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring 8
Barbara Liebscher
Sa, 21.03., 10.30 - 12.45 Uhr
5,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 835415

Gesunde Speisen während der Osterzeit

Unter dem Aspekt der gesunden Ernährung wollen wir verschiedene Rezepte ausprobieren und dabei unterschiedliche Gartechniken kennenlernen und anwenden. Dabei müssen die Speise nicht immer teuer und zeitaufwendig sein. Mit Freude und Phantasie werden wir sie appetitlich anrichten und genießen. Für das eigene Wohlbefinden während der Osterzeit und in einer gemütlichen Atmosphäre, werden wir die dazu gehörende Tischkultur erleben.
Es entstehen Materialkosten in Höhe von 18,00 EUR.
Bitte mitbringen: Kleine Gefäße für Kostproben.
Stadthagen, Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring 8
Gudrun Bichtemann
Di + Do, 31.03. - 09.04.
10:30 - 13:30 Uhr, 4 Termine
23,20 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 924515

„Café Ehrenamt“

Die Kontaktstelle Ehrenamt im Landkreis Schaumburg (KESS) veranstaltet in unregelmäßiger Folge das „Café Ehrenamt“.
Eingeladen sind Personen, die sich über Angebote ehrenamtlicher Tätigkeiten und die Arbeit der Kontaktstelle unverbindlich und in ungezwungener Atmosphäre informieren möchten oder Fragen zum ehrenamtlichen Engagement haben. Auch wer bereits ehrenamtlich tätig ist und sich über seine Aufgaben und Erfahrungen austauschen möchte sowie Vertreterinnen und Vertreter von Vereinen und Institutionen, die über ihre vielfältigen Aufgaben im Bereich der Freiwilligenarbeit informieren wollen, sind herzlich willkommen.
Ansprechpartner:
Kontaktstelle Ehrenamt im Landkreis Schaumburg – KESS, Jahnstr. 20, 31655 Stadthagen,
Telefon: 05721 703-264,
E-Mail: ehrenamt.12@lankreis-schaumburg.de
Für 2015 sind folgende Termine vorgesehen (jeweils von 17.00 bis 18.30 Uhr):

Bückeburg
Begegnungsstätte, Herderstr. 35 (Eingang Parkplatz)
Mo, 09.02. und 20.07.

Bad Nenndorf
Curanum Seniorenresidenz, Rudolf-Albrecht-Str. 44a (Clubraum)
Mi, 18.09.

Stadthagen
Alte Polizei, Obernstr. 29 (Galerie-Café)
Mi, 06.05. und 23.09.

Rinteln
Museum „Die Eulenburg“, Klosterstr. 21 (Eingang Bücherei, 3. Etage)
Mi, 24.06. und 14.10.

Rodenberg
Backhaus Aktiv, Deisterstr. 17 (Seminarraum)
Do, 12.11.

Betreuerinnen- und Betreuertreff

Etwa 3.000 Menschen im Landkreis Schaumburg können aufgrund von Alter, Krankheit oder Behinderung ihre Angelegenheiten nicht mehr alleine regeln und benötigen deshalb eine Betreuung. Der Betreuungsverein Schaumburg e. V. hilft diesen Menschen durch die Übernahme von Betreuungen sowie die Gewinnung, Beratung, Unterstützung und Fortbildung von ehrenamtlichen Betreuerinnen und Betreuern.
Die Veranstaltungen bieten Gelegenheit für ehrenamtliche Betreuerinnen und Betreuer sowie für Interessierte, miteinander zum Thema rechtliche Betreuung ins Gespräch zu kommen. Der offene Treff wird in Stadthagen am 1. Donnerstag im Monat, in Rinteln am 2. Donnerstag im Monat und in Bückeburg am 3. Donnerstag im Monat jeweils von 10.00 - 12.00 Uhr angeboten.

Stadthagen, Paritätische Lebenshilfe, Enzer Str. 50
Do, 08.01., 10.00 - 12.00 Uhr,
6 Vormittage
gebührenfrei
KursNr: 161315

Rinteln, Betreuungsverein, Börries-v.-Münchhausen-Weg 2
Do, 15.01., 10.00 - 12.00 Uhr,
6 Vormittage
gebührenfrei
KursNr: 161612

Bückeburg, Betreuungsverein, Lange Str. 4
Do, 22.01., 10.00 - 12.00 Uhr,
6 Vormittage
gebührenfrei
KursNr: 161702

Rückwärts und alles vergessen

Demenz aus der Sicht Betroffener und Angehöriger

Aufgrund steigender Lebenserwartung sind immer mehr Menschen von Demenz betroffen. Durch fortschreitenden Gedächtnisverlust ist zunehmend Hilfe anderer nötig. Die meisten Demenzkranken werden zu Hause von ihren Angehörigen versorgt.
Wie nehmen demente Menschen wahr? Was empfinden Sie? Welche Beschäftigungsmöglichkeiten und Kommunikationsformen können hilfreich sein? Was können Betroffene und Angehörige tun, wenn das Gedächtnis nachlässt? Welche praktischen Hilfen, Leistungen und Unterstützungsmöglichkeiten gibt es? Auf diese und andere Fragen gibt die Veranstaltung Antwort und Anregungen.
Stadthagen, Paritätische Lebenshilfe, Enzer Str. 50
Dorothee Rottmann-Heuer
Di, 10.03., 19.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 164315

Sozialleistungen im Überblick

Die zwölf Bücher des Sozialgesetzbuches und die verschiedenen Einzelgesetze zu Sozialleistungen sind selbst für Fachleute nicht leicht zu handhaben. Grundsicherung, Wohngeld, Pflegeversicherung, Rente, Schwerbehinderung oder Arbeitslosengeld - mit einem dieser Themen bekommt wohl jede/r Bürger/in zu tun. Betreuer/innen und Bevollmächtigte werden häufig mit Fragen aus dem weiten Leistungsspektrum konfrontiert. Bei den Veranstaltungen informieren wir Sie kurz über typische Sozialleistungen.

Bad Nenndorf, DRK-Seniorenbegegnungsstätte, Brunnenstr. 2
Do, 16.04., 19.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 154108

Rinteln, Betreuungsverein, Börries-v.-Münchhausen-Weg 2
Di, 28.04., 19.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 154112

Bückeburg, Seniorenresidenz Rosengarten, Friedr.-Bach-Str. 13 a
Mi, 06.05., 19.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 154102

Abschied und Trauer in meinem Leben

Im Laufe unseres Lebens müssen wir auf vielfältige Art immer wieder Abschied nehmen. Lieb Gewordenes loslassen, Gewohnheiten verändern, Lebensabschnitte bewältigen. Im Großen und im Kleinen. Jede Veränderung ist auch ein Abschied. Jeder Abschied ein Verlust auf den der Körper mit Trauer reagiert. Was machen Abschiede mit uns und wie gehen wir damit um? Gemeinsam werden wir Möglichkeiten erarbeiten mit Abschied und Trauer ganz bewusst umzugehen. Überlegen ob es möglich ist „Abschied nehmen“ zu lernen. Und vielleicht ergründen welches Potential in ihnen liegt. Ich lade Sie ein die kreativen Aspekte von Abschied und Trauer kennen zu lernen.
Bitte mitbringen: Dicke Socken, bequeme Kleidung, etwas zu schreiben, Matte, Decke und ein Kissen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gudrun Prange
Sa, 28.02., 10.00 - 16.00 Uhr
So, 01.03., 10.00 - 14.00 Uhr
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 18.02.
KursNr: 164415

Dr. Stephan Barth_pixelio

junge vhs

Babysitter-Kurs

Babysitten kann so einfach sein. Damit dieser Job nicht mehr Stress als nötig bringt, werden die zukünftigen Babysitter gründlich auf ihre Aufgabe vorbereitet. Dieser Kurs ist für Jugendliche ab 13 Jahren, die Spaß am Umgang mit Kindern haben, geeignet. Nach Abschluss des Kurses erhalten die Jugendlichen einen „Babysitter-Pass“.
Die Themen im Einzelnen:

- Entwicklung, Ernährung und Pflege des Kindes
- Kinder sinnvoll beschäftigen
- Erste Hilfe am Kind und Unfallverhütung
- Versicherungsschutz, Aufsichtspflicht
- Verhältnis zu den Eltern

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Horst Hillen
Sa, 13.06., 12.00 - 16.45 Uhr
So, 14.06., 12.00 - 17.30 Uhr
38,00 EUR
keine Ermäßigung außer S-Club
Anmeldeschluss: 01.06.
KursNr: 214112

Junge Volkshochschule

Angebote der Politischen Bildung für Schulen können mit Mitteln aus dem Kinder- und Jugendplan (KJP) des Bundes bezuschusst werden. Es umfasst Angebote und Themen, die sich an der Lebenswelt der Jugendlichen orientieren. Beteiligungsmöglichkeiten von Jugendlichen sollen erarbeitet und erprobt werden.
Informationen:
Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05751 890214

Konflikte gewaltfrei lösen

Konflikte treten immer wieder auf, im Unterricht, auf dem Schulhof, in der Freizeit. Wir gehen davon aus, dass Jugendliche durchaus in der Lage sind, ihre Probleme untereinander mit gewaltfreien Mitteln selber zu lösen. Dafür bedarf es bestimmter Fähigkeiten und Fertigkeiten, die wir in diesen Seminaren trainieren wollen.
Termine nach Absprache.

Aktiv in der SV-Arbeit

Schüler/innen gestalten Schule
In Zusammenarbeit mit dem Kreisschülerrat

Du brauchst neue Ideen, um interessante Projekte an deiner Schule zu entwickeln und umzusetzen? Oder du willst mit anderen Schülern/innen deine Gedanken und Erfahrungen diskutieren oder dir Rat holen? Auf diesem Seminar treffen sich Klassensprecher/innen, SV-Leute und engagierte Schüler/innen, die Lust auf Veränderung und tolle Aktionen an ihrer Schule und im KSR haben. Ob Projektwoche, Schulhof- und Pausengestaltung oder Jugendpolitik, die Themen bestimmst du mit! Ein Wochenende, um nette Leute zu treffen, Kontakte zu knüpfen, mal den Frust abzulassen und gemeinsam Spaß zu haben.
Termine und Orte nach Absprache

Programmbereich Kultur

Ihre Ansprechpartnerin
in der VHS Schaumburg:

Dunja Cordes
Telefon: 05721 787115
cordes@vhs-schaumburg.de

VHS:
Kultur macht stark

In unseren Angeboten der Kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden.

Im Bereich der kulturellen Medienbildung finden Sie Angebote, in denen Sie lernen, sich den vielfältigen Herausforderungen im Prozess der Digitalisierung der Gesellschaft zu stellen und sich in allen Lebensbereichen zu orientieren.

Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion. „Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung“, betont etwa auch die Enquete-Kommission „Kultur in Deutschland“ in ihrem Abschlussbericht.

Themen im Propgrammbereich

- Theater, Literatur, Musikgeschichte
- Wilhelm-Busch-Akademie
- Künstlerische Techniken
- Drucken, Zeichnen, Aquarell, Acryl, Öl
- Porzellan, plastisches Gestalten, Schmuck, Schneidern
- Fotografie, Musik
- Kreismusikschule Schaumburg
- Basteln, Tanz
- Sport, Kosmetik
- Junge VHS

Amateurtheater

Ein Kurs der „Schaumburger Bühne“

Machen Sie mit bei der Theatergruppe der VHS Schaumburg! Der Kurs richtet sich an alle, die Interesse an der Arbeit auf, vor und hinter der Theaterbühne haben.
Obernkirchen, Schulzentrum, Admiral-Scheer-Str. 2
Jürgen Morche
Mo, 02.02., 19.15 - 21.30 Uhr,
12 Abende
gebührenfrei
KursNr: 864111

Theater und Erfahrung

In Zusammenarbeit mit dem Kommunikationszentrum >alte polizei<
In- und Ausländer, Frauen und Männer, Alt und Jung oder Groß und Klein und andere anziehende Gegensätze treffen aufeinander und machen Theater. Die seit 1992 bestehende Gruppe entwickelt Szenen aus ihrem Erfahrungs- und Erlebnisschatz, die am Ende in einer Aufführung gezeigt werden. Interessierte sind jederzeit willkommen.
Stadthagen, >alte polizei<, Obernstr. 29
Renate Junklewitz
Mi, 11.02., 19.00 - 21.15 Uhr,
20 Abende
gebührenfrei
KursNr: 164215

Dem Leben auf der Spur

Autobiografisches Schreiben

Erinnerungen, Themen, Wünsche, Ziele
Wir nehmen uns Zeit, besinnen uns, reflektieren, erinnern und schreiben. Was Sie schreiben, bleibt Ihren Vorstellungen überlassen. Möchten Sie einzelne Themen bearbeiten und für sich Situationen klären? Oder möchten Sie Ihre Erlebnisse und Erfahrungen als bleibende Erinnerung erstellen.
Inhalte jedes einzelnen Nachmittages sind Schreibübungen, Atemarbeit, meditatives Gehen, Farbmeditationen und schreiben, schreiben, schreiben.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Dorothee Pfeiffer
Sa, 28.02., 14.00 - 17.45 Uhr
So, 29.03., 14.00 - 17.45 Uhr
Sa, 25.04., 14.00 - 17.45 Uhr
46,00 EUR
Anmeldeschluss: 16.02.
KursNr: 954212

Literaturseminar

Wolfgang Borchert (1921 - 1947)

„Oh, sie sind undankbar, die Menschen, klagte die alte Mauer.
Mach Schluss – hetzte der Wind.
Wieso? fragte die Mauer.
Räche dich – wisperte der Wind.
Wie denn? Wollte sie wissen
Stürze – raunte er wollüstig
Warum? gab sie zitternd zurück.“
An vier Vormittagen wird über Leben und Werk des Schriftstellers Wolfgang Borchert gesprochen, der durch sein Drama „Draußen vor der Tür“ bekannt wurde. In den zwei Jahren, die ihm für sein literarisches Schaffen vergönnt waren, wurde er zum Rufer und Ankläger der Kriegsgeneration, die sich geschlagen und hoffnungslos Ruinen gegenüber sah. Es werden Erzählungen gelesen und Gedichte rezitiert.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Susanne Meeske-Geffroy
Mi, 04.03., 10.00 - 12.15 Uhr,
4 Vormittage
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 23.02.
KursNr: 314102

Lupo_pixelio

Literarisches Kolloquium – Lesen ist gute Gesellschaft

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover
Die Erfahrung, dass Gelesenes umso nachhaltiger wirkt, je häufiger man darüber spricht, ist nicht nur eine der Ursachen für den Erfolg der Lesegesellschaften, die im Zeitalter der Aufklärung zu einer wichtigen Stütze fortschrittlicher Kultur wurden. Es ist auch eine Erfahrung, die jede/r mit eigener Lektüre verbindet. Oftmals tragen Diskussionen und Debatten mehr als historisches Wissen zur Erweiterung des kulturellen Horizonts bei, Erfahrungen, die trotz aller Individualität nur in Gesellschaft gemacht werden können – ganz im Sinne eines der ersten deutschen Demokraten, Jakob Grimms: „Was haben wir denn Gemeinsameres als unsere Sprache und Literatur?“ Gelegenheit zu solchen Verständigungen über die eigene Kultur durch nachhaltige Lektüren soll das literarische Kolloquium stiften, in dem sogenannte literarische Klassiker aller Epochen wie aber auch Neuerscheinungen zur Diskussion gestellt werden sollen. Um ins Gespräch zu kommen, werden für die ersten Sitzungen kürzere Texte bereitgestellt. Je nach Interesse kann dann aber auch entweder ein kleinerer Lektüreplan abgesprochen oder ein größeres literarisches Werk Gegenstand der weiteren Debatten werden.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Prof. Dr. Andreas Meier
Fr, 06.03., 20.03., 17.04., 24.04., 08.05., 22.05., 12.06., 26.06., jeweils 15.00 - 16.30 Uhr
60,00 EUR
Anmeldeschluss: 17.02.
KursNr: 314202

TIPP
Anmeldung
Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Tagesfahrt zur Leipziger Buchmesse

Gemeinsam mit den Schaumburger Kreislandfrauen veranstaltet das Frauenbüro am 13.03.2015 eine Tagesfahrt zur Buchmesse. Lesung am Vormittag. Am Nachmittag findet eine Stadtrundfahrt mit Besichtigung der Thomas-Kirche statt.
Teilnahmegebühr: 25 Euro
Weitere Informationen und Anmeldung unter Telefon: 05721 703254 oder frauenbuero.16@landkreis-schaumburg.de

„Lachend die Wahrheit sagen“

Die verblüffenden Weisheiten und Späße des Mullah Nasreddin

Der Mullah, manchmal auch Hodscha genannt, ist im Mittleren Osten seit beinahe 1000 Jahren der beliebte und belachte Held unzähliger Anekdoten. Schlagfertiger Witz, Schläue, Klugheit, unverzagter Mut vor Mächtigen, Gelassenheit und und und versetzen uns in Erstaunen.
Stadthagen, Echternstr. 30
Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie
Ute Brodziak-Mudra
Fr, 27.03., 19.00 Uhr
6,00 EUR
an der Abendkasse
Anmeldeschluss: 17.03.
KursNr: 314115

Friedrich Bach und seine Brüder

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover
Johann Christoph Friedrich Bach (1732 - 1795) lebte 45 Jahre lang in Bückeburg. Hier war er zunächst „Hochgräflich Schaumburg-Lippischer Cammer-Musicus“, dann Leiter der Hofkapelle. Wie seine drei Brüder Wilhelm Friedemann (1710 - 1784), Carl Philipp Emanuel (1714 - 1788) und Johann Christian (1735 - 1782) erhielt er seine musikalische Ausbildung beim Vater. Ausgestattet mit dessen reichem, aber auch schwierigen Erbe, ging jeder seinen Weg.
Die Bach-Söhne prägten ihre von der Aufklärung bestimmte Epoche. Sie waren wesentlich an der Entwicklung der Empfindsamkeit und des Galanten Stils beteiligt, die mit neuen Möglichkeiten musikalischen Ausdrucks eine Loslösung von den Konventionen des Barock darstellten.
Die Veranstaltung begibt sich auf die Spuren von Friedrich Bach und seinen Brüdern und gibt einen Einblick in ein Jahrhundert europäischer Musikgeschichte. Musikalische Fachkenntnisse werden nicht vorausgesetzt.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dennis Hopp
Sa, 09.05., 14.00 - 19.00 Uhr
So, 10.05., 10.00 - 13.15 Uhr
39,00 EUR
Anmeldeschluss: 23.04.
KursNr: 344102

Georg Philipp Telemann

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover
Georg Philipp Telemann (1681 - 1767) zählt zu den originellsten und innovativsten Musikern der Barockzeit. Geboren in Magdeburg, bekleidete er bereits zur Zeit seines Leipziger Jurastudiums erste musikalische Ämter. 1712 wurde er Städtischer Musikdirektor und Kapellmeister in Frankfurt am Main. Ab 1721 wirkte er in Hamburg als Cantor Johannei und Director Musices. Zudem war er künstlerischer Leiter der Oper am Gänsemarkt. Sein Patenkind Carl Philipp Emanuel Bach (1714 - 1788) folgte ihm 1768 als Musikdirektor nach. Das umfangreiche kompositorische Werk Telemanns stellt sich als sehr facettenreich dar. Zu Lebzeiten hoch geschätzt, verlor es nach seinem Tod rasch an Bedeutung. Als Vielschreiber herabgesetzt, erfuhr Telemann erst zu Beginn des 20. Jahrhunderts eine angemessene Würdigung.
Die Veranstaltung möchte anhand repräsentativer Kompositionen sowie von Klang-, Text- und Bildbeispielen einen Einblick in Leben und Werk Telemanns vermitteln. Musikalische Fachkenntnisse werden nicht vorausgesetzt.
Bad Nenndorf, Gymnasium, Horster Straße
Dennis Hopp
Sa, 06.06., 14.00 - 19.00 Uhr
So, 07.06., 10.00 - 13.15 Uhr
39,00 EUR
Anmeldeschluss: 21.05.
KursNr: **344108**

In Zusammenarbeit mit dem Wilhelm-Busch-Geburtshaus

Ein Dorfspaziergang

Mit Wilhelm Busch durch Wiedensahl

Mehr als 40 Jahre lebte Wilhelm Busch in seinem Dorf Wiedensahl. Hier fand er Abstand zum Getriebe der großen Welt und die Ruhe, um „in den Laubengängen des intimeren Gehirns zu lustwandeln, wo´s bekanntlich schön schattig ist“. In seiner Heimat entstanden viele seiner berühmten Bildergeschichten. Hier malte, dichtete, zeichnete er und lebte ein stilles beschauliches Leben. Zu Beginn erfolgt eine ca. 40 min. Führung durch das Geburtshaus durch die Urgroßnichte Wilhelm Buschs, Marie-Luise Niemeier, die Sie dann zu den Sehenswürdigkeiten des Dorfes und seiner nahen Umgebung begleitet. Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit das Museum im Alten Pfarrhaus, ebenfalls eine Wohnstätte Wilhelm Buschs, zu besuchen.

Wiedensahl, Wilhelm-Busch-Geburtshaus, Hauptstr. 68 a
Frieda Höltke
So, 15.03., 14.00 - 15.30 Uhr
9,00 EUR
inkl. Eintritt Wilhelm-Busch-Museum
Anmeldeschluss: 05.03.
KursNr: 424115

Liebe sagt man schön und richtig

Das illustrierte Künstlerbuch

So vielfältig wie die Liebe sind die Möglichkeiten der Illustration, Emotionen, Zeitabläufe und Begebenheiten zu visualisieren. In dem Kurs entsteht ein Künstlerbuch, das durch eine Fadenbindung seine geschlossene Form erhält. Die Textebene, basierend auf Liebesgedichten von Wilhelm Busch, spielt im Bereich der Illustration eine wesentliche Rolle. Um diese harmonisch mit der Bildebene zu verbinden, werden verschiedene Varianten der typografischen Gestaltung vorgestellt und umgesetzt. Im Vordergrund der künstlerischen Arbeit steht die Papiercollage sowie Schreiben und Zeichnen mit Tusche und Feder. Das Papiermaterial, gefunden in Zeitschriften und Magazinen, führt zu ungewöhnlichen illustrativen Ideen und wird durch die Tuschezeichnung ergänzt. Zeichnerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Skizzenblock, Bleistifte, Tusche, Zeichen- und Schreibfedern mit Halter, zwei Pinsel, alte Zeitungen, Magazine, Papierreste (in einem Karton alles sammeln, was einem an Papier „zwischen die Finger kommt“), Kleber, Schere, weiteres Material wird nach Verbrauch abgerechnet.

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Uta Melletat
Sa, 11.04., 10.00 - 17.30 Uhr
So, 12.04., 10.00 - 14.45 Uhr
43,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 01.04.
KursNr: 814512

Wilhelm-Busch-Geburtshaus

Figürliches Arbeiten mit Keramik

Wir modellieren mit Ton und orientieren uns an dem menschlichen Körper. Das Bildergeschichtenwerk von Wilhelm Busch wird ebenfalls Inspirationsquelle sein. Gerne können aber auch Dinge gearbeitet werden, wie z. B. Gefäße und Sachen für den Garten. Die Ergebnisse werden nach dem Schrühbrand an einem weiteren Termin glasiert und dekoriert. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Das Material wird nach Verbrauch abgerechnet.
Bitte mitbringen: Skizzenblock, Stifte und Schürze.

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gudrun-Sophie Frommhage-Davar
Sa, 11.04., 10.00 - 17.30 Uhr
So, 12.04., 10.00 - 14.45 Uhr
So, 26.04., 10.00 - 14.45 Uhr
60,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 01.04.
KursNr: 824712

Die Linse ersetzt den Pinsel

„Kleine und große Tiere“

Wilhelm Busch, der große Maler und Zeichner, Dichter und Denker, lebte und arbeitete rund 40 Jahre in seinem Geburtsort Wiedensahl. Hier fand er den Abstand zum Getriebe der großen Welt und die Ruhe, um „in den Laubgängen des intimeren Gehirns zu lustwandeln, wo´s bekanntlich schön schattig ist.“ In Wiedensahl entstanden viele seiner berühmten Bildergeschichten. Der historische Marktflecken und die Umgebung haben viel vom Charme dieser Zeiten bewahrt. Zu Buschs Motiven gehörten auch Tiere. In unnachahmlicher Art und Weise hat der Künstler die Lebewesen in seiner Umgebung mit wenigen Strichen charakterisiert. Gehen Sie in Wiedensahl auf Fotosafari, entdecken Sie die Umgebung und stellen Sie mit Unterstützung eines Profifotografen eindrucksvolle Tierportraits her.
Die Teilnehmenden sollten ihre mitgebrachten Kameras beherrschen.

Wiedensahl,
Wilhelm-Busch-Geburtshaus
Roger Grabowski
Sa, 30.05., 14.00 - 18.00 Fotoexkursion
Sa, 06.06., 16.00 - 18.00 Auswertung
26,00 EUR
Anmeldeschluss: 20.05.
KursNr: 324115

Geführte Motorradtour auf den Spuren von Max und Moritz

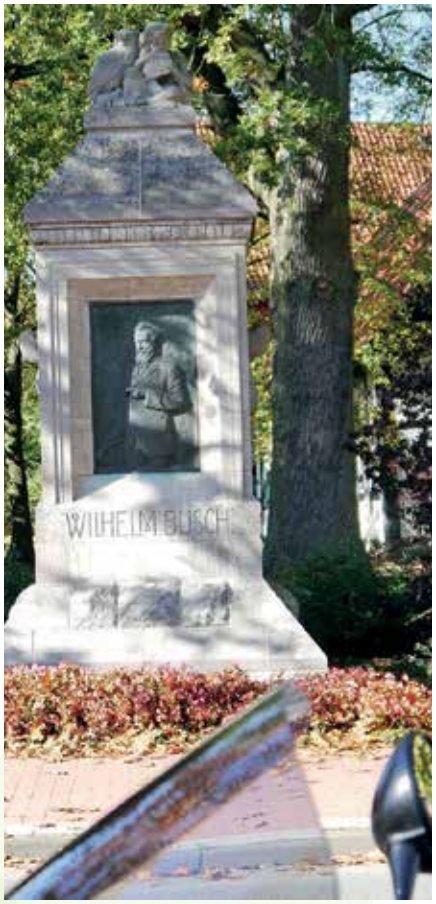
Unsere Tour führt auf gewundenen kurvenreichen Straßen durch das Lipper Bergland, das Weserbergland und den Solling nach Ebergötzen. Dort verbrachte Wilhelm Busch seine Jugendjahre. Die Erlebnisse mit seinem Freund, dem Müllerssohn Erich Bachmann, wurden zur Quelle für „Max und Moritz“.
Nach einer thematischen Einführung starten wir Richtung Köterberg, der mit fast 500 m Höhe einen fantastischen Ausblick über Höhen und Täler bietet. An der Weser haben wir die Gelegenheit zum „Spätstücken“, bevor es durch die Kurven des Sollings nach Ebergötzen geht. Nach der Besichtigung der Mühle fahren wir zurück ins Extertal. Dort besteht zum Tourende die Möglichkeit zum gemeinsamen Abendessen.
Leistungen:

- Geführte Motorradtour von Rinteln nach Ebergötzen und zurück
- Eintritt und Führung Wilhelm-Busch-Mühle Ebergötzen
- Thematische Einführung und Infomaterial

Tourlänge: ca. 290 km
Geeignet für Motorräder ab 20 kw/27 PS
Bitte mit technisch intakter, vollgetankter Maschine zum Treffpunkt kommen.
Rinteln-Exten, Angerstraße, Platz am Denkmal
Olaf Boegner
So, 21.06., 08.00 - 18.00 Uhr
41,50 EUR
inkl. Eintritt Wilhelm-Busch-Mühle
Keine Ermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 01.06.
KursNr: 424112

Max, Moritz und Co

Wilhelm Busch der Bildergeschichtenerzähler
Vortrag
Er gilt als Urvaters des Comics und Vater von „Max & Moritz“. Diese Geschichte ist mittlerweile in über 300 Sprachen und Dialekte übertragen worden und feiert dieses Jahr ihren 150. Geburtstag. Doch was steckt dahinter? Warum ist sie so berühmt geworden? Der Vortrag gibt einen spannenden Überblick über sein Bildergeschichtenwerk im Kontext seiner Zeit.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gudrun-Sophie Frommhage-Davar
Mi, 01.07., 19.00 Uhr
6,00 EUR
KursNr: 314415



Boegner

Malen lernen

Maltechniken im Vergleich
Für alle Malinteressierten
Wer kennt die Unterschiede zwischen den einzelnen Maltechniken und weiß, welche ihm/ihr besondere Freude macht?
Hier erlernen Sie drei klassische Deckfarbentechniken im Vergleich:

- Temperamalerei (die älteste Deckfarbentechnik),
- Ölmalerei (die „Königsdisziplin“),
- Acrylmalerei (relativ neue, verbreitete Technik).

In sinnvoller Reihenfolge werden diese Techniken vorgestellt und praktisch erprobt, Unterschiede und Gemeinsamkeiten untersucht. Jede/r wird seine/ihre persönliche Lieblingsmaltechnik herausfinden.
Bei aller Praxis kommt die Theorie nicht zu kurz: Farbenlehre, Komposition und Perspektive, Licht und Schatten bestimmen seit Jahrhunderten die Malerei und sollen auch hier Basis für gelungene Werke sein. Der Kurs ist offen für experimentelle (abstrakte) Ansätze, Kreativität und Ideen der Teilnehmenden.
Am ersten Abend erfolgt eine ausführliche Kurs- und Materialbesprechung. Material wird zunächst gegen Gebühr nach Verbrauch gestellt (ca. 1,00 - 2,00 EUR pro Teilnehmer/in).
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Bernhard Lehmann
Mi, 11.02., 18.30 - 20.45 Uhr,
6 Abende
51,50 EUR
Anmeldeschluss: 01.02.
KursNr: 814415

TIPP
Anmeldung
Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Experimentieren mit Acryl- und Temperafarbe

Acryl- und Temperafarben bieten durch ihre leichte Handhabung Anfänger/innen einen idealen Einstieg in die Malerei und ein weites Experimentierfeld. Acrylfarben sind getrocknet wasserunlöslich, Temperafarben wieder anlösbar. So kann man zum Beispiel mit beiden Farbsorten in einer interessanten Mischtechnik arbeiten und sich diese Eigenschaften zunutze machen. Die Verbindung dieser Farben mit Kreiden, Stiften, Strukturpasten und Collageteilen lässt interessante Wirkungen zu. Sie können mit diesem Kurs vieles ausprobieren und so neue Möglichkeiten der kreativen Entfaltung kennenlernen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Vorhandenes Material kann mitgebracht werden. Ergänzende Materialien können Sie bei der Dozentin leihen oder erwerben.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Martina Grandhomme
Di, 10.03., 19.30 - 21.45 Uhr, 8 Abende
68,00 EUR
ohne Materialkosten
KursNr: 814412

Primamalerei – Alla-Prima Technik

Acryl und Ölmalerei

In diesem Kurs wird ein Bild direkt in einer Sitzung gemalt. Wir verzichten auf eine Untermalung. Ölfarben, aber auch Acrylfarben eignen sich wunderbar für die so genannte Nass-in-Nass-Technik. Primamalerei wird seit der Antike angewandt. Besonders in der modernen Malerei bekommt sie wieder als heutiges Speed Painting Bedeutung. Der Kurs richtet sich an alle, die ein schnelles Ergebnis in der Malerei haben möchten. Bild-Motive sind vorhanden, können aber auch mitgebracht werden.
Bitte mitbringen: Zwei Leinwände mittlerer Größe, Ölfarben, bei Acrylfarben mind. 60 - 70 ml je Farbe, Borstenpinsel, Palette/Pappteller, Einmal-Handschuhe, Malkleidung, zwei Wassergläser, Fön und Lappen. Wir verwenden geruchlose Verdünnung, zur Ölmalerei Malmittel schnell trocknend z. B. Mussini Nr. 1.

Marohn

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Heidi Marohn
Sa, 18.04., 10.00 - 17.30 Uhr
27,00 EUR
Anmeldeschluss: 08.04.
KursNr: 814615

Langer Malabend

Lernen Sie verschiedene Maltechniken kennen

Dieser Abend ist für alle gedacht, die in verschiedene Maltechniken hinein schnuppern möchten oder bereits Erfahrung in einer Maltechnik haben und etwas Neues ausprobieren wollen. Acryl-, Aquarell- und Pastellmalerei werden von der Dozentin vorgeführt und erläutert sowie das passende Material für diese Techniken vorgestellt. In entspannter Atmosphäre bei Getränken und Gebäck haben Sie danach genug Zeit für den Austausch untereinander, eigene Malexperimente zum Erlernen der Technik.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Material kann bei der Dozentin geliehen oder erworben werden.
Eigenes Material, sofern vorhanden, darf gern mitgebracht werden. Für Verzehr von Getränken und Gebäck wird ein Kostenbeitrag von 1,50 EUR erhoben.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Martina Grandhomme
Fr, 17.04., 18.00 - 21.45 Uhr
14,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 07.04.
KursNr: 814212

Experimente in Aquarell, Gouache/Tempera, Acryl

Voraussetzung sind Erfahrungen im Umgang mit Aquarell- und Acrylfarben. In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit Darstellungen von Bergen, Gebäuden und Booten in verschiedenen Techniken. Ob es die Alpen, die Dolomiten oder Eisberge sind, Berge üben immer einen besonderen Reiz auf uns aus. Um sie plastisch darzustellen gibt es verschiedene Möglichkeiten, z. B. mit Aquarell auf Papier und mit Acryl auf Keilrahmen und Papier. Eine weitere interessante Arbeitsweise ist es, Gebäudekomplexe und Segelboote (in vereinfachter Darstellungsform) in Gouache oder Acryl auf Papier zu erarbeiten. Ich werde Ihnen verschiedene Ausführungen vorstellen, und Sie entscheiden welches Experiment Sie ausprobieren möchten.
Bitte mitbringen: Wassergefäße und Papiertücher.
Für Aquarell-Experimente: Aquarellfarben und -pinsel, Aquarellpapier mind. 450g (evtl. Cornwall matt 450 g) Gouache- oder Temperafarben.
Für Acryl-Experimente: Acrylfarben und evtl. bereits vorhandene Acryl-Utensilien wie Gesso oder Strukturgel, Keilrahmen, Palettmesser (nicht aus Plastik).
Weiteres Material kann bei der Dozentin erworben werden.
Rückfragen bei der Dozentin, Telefon: 05721 936284.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gertrud Adrian
Sa, 18.04., 10.00 - 15.00 Uhr
So, 19.04., 10.00 - 15.00 Uhr
35,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 08.04.
KursNr: 814215

Grandhomme

Malerei und Kalligrafie

Was verbindet die Kunst des schönen Schreibens mit der Malerei? In diesem Kurs wollen wir Gemeinsamkeiten oder auch Gegensätzen von Malerei und Kalligraphie auf die Spur kommen. Dabei soll experimentell gearbeitet werden. Es geht weniger um das Erlernen von kalligrafischen Alphabeten mit der Feder, sondern um den Einsatz der eigenen Handschrift, die wir in diesem Kurs weiterentwickeln und ihr künstlerischen Ausdruck verleihen wollen. Zum Einsatz kommen sollen die Schriftelemente abstrakter und gegenständlicher Malereien. Die Motive legen Sie selbst fest. Es können großformatige Acrylbilder, Collagen oder z. B. auch kleinformatige Aquarelle entstehen. Auf malerische Grundlagen kann dabei gern eingegangen werden.
Der Kurs ist für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse geeignet.
Bitte mitbringen: Malmaterial nach Wunsch und Schreibwerkzeuge wie z. B. Stifte, Marker, Pinsel, Federn etc. Ergänzendes Material kann bei der Dozentin geliehen oder erworben werden.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Martina Grandhomme
Sa, 25.04., 10.30 - 16.30 Uhr
So, 26.04., 10.30 - 16.30 Uhr
40,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 15.04.
KursNr: 814515

Künstlerbücher, Papierobjekte und mehr

Papier – nicht nur edles Büttenpapier, sondern auch Zeitungspapier und Papier aus alten Büchern - ist ein spannender Werkstoff und zu schade, um ihn nur zu entsorgen. Man kann daraus schöne Papierobjekte herstellen, ein kleines Buch kreieren, besondere Grußkarten machen und vieles mehr. Dazu können zusätzlich andere Papiere verwendet werden, um Kontraste zu setzen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Zeitungspapier, alte Buchseiten, anderes Papier nach Wahl, Stifte, Lineal, Farben (falls vorhanden). Weitere Materialien können bei der Dozentin geliehen oder erworben werden.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Martina Grandhomme
Sa, 30.05., 10.30 - 16.30 Uhr
So, 31.05., 10.30 - 16.30 Uhr
43,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 20.05.
KursNr: 814312

Focusing und skizzieren

Focusing ist eine Methode, die auf eine neue Weise unsere Kreativität anregt. Der Schlosspark bietet viele reizvolle Motive zum Skizzieren. Mit dem Focusing eigenen Spürsinn lassen wir uns führen auf unserer persönlichen Entdeckungsreise im Schlosspark. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Skizzenblock und Stifte, falls vorhanden einen Sitzhocker (Klappstuhl).
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Ilka Franke
Sa, 09.05., 10.00 - 16.15 Uhr
19,50 EUR
Anmeldeschluss: 29.04.
KursNr: 814302

Zeichnen, Malen, Drucken

Einstieg in verschiedene künstlerische Techniken

Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, verschiedene künstlerische Techniken kennenzulernen. Zu Beginn werden Sie ein einfaches selbst gewähltes Thema zeichnerisch erarbeiten. Danach besteht die Möglichkeit, dieses Thema als Malerei und/oder drucktechnisch als Radierung oder Monotypie umzusetzen. Sie können die verschiedenen künstlerischen Techniken vergleichen und für sich selbst Schwerpunkte setzen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Bleistifte, Radiergummi, Farben (falls vorhanden), Skizzenpapier und Arbeitskittel. Weiteres Material kann vor Ort erworben werden.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Martina Grandhomme
Mi, 18.03., 18.30 - 20.45 Uhr,
8 Abende
68,00 EUR
ohne Materialkosten
KursNr: 814112

Grandhomme

Bäume zeichnen und malen

Verschiedene Techniken

Bäume üben eine ganz eigene Faszination aus. Besonders, wenn sie das Laub verloren haben, kann man den unterschiedlichen Wuchs erkennen. Ein Waldstück, einen Waldweg oder einen einzelnen Baum in seiner Schönheit zu erfassen, ist spannend. Je nach Wunsch können Sie in verschiedenen Techniken arbeiten: Bleistift, Kohle, Pastellkreide, Ölpastellkreide, Aquarellstifte und wasserlösliche Aquarellstifte oder Aquarellfarbe. Das Malen in Acrylfarben mit dem Palettmesser ist eine weitere spannende Variante. Haben Sie Mut und probieren Sie es aus, um herauszufinden was Ihnen am besten gelingt. Vorhandenes Material kann mitgebracht werden. Wer in Acryl arbeiten möchte, sollte unbedingt entsprechende Farben und Pinsel bzw. Palettmesser mitbringen. Weiteres Material kann bei der Dozentin erworben werden. Telefonische Rückfragen unter 05721 936284.
Bitte mitbringen: Zwei Wassergläser, Feuchttücher und Papiertaschentücher.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Gertrud Adrian
Sa, 07.03., 10.00 - 14.15 Uhr
So, 08.03., 10.00 - 14.15 Uhr
27,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 25.02.
KursNr: 814202

Grundkurs Zeichnen

Wochenend-Workshop

Das Zeichnen ist die Grundlage für das Erlernen der Malerei, egal ob später in Acryl, Öl oder Aquarell gemalt werden soll. Zunächst muss das Auge geschult werden, um das Sehen und Beobachten zu erlernen. Erst dann kann das Gesehene zeichnerisch umgesetzt werden. Vermittelt wird in diesem Workshop das Basiswissen: Linie, Textur, Schraffur, Licht und Schatten, Perspektive und Komposition.
Am ersten Tag beschäftigen wir uns überwiegend mit der Ermittlung von Tonwerten und werden verschiedene Objekte als Tonwertzeichnung erarbeiten. Am zweiten Tag üben wir verstärkt das perspektivische Zeichnen, denn die Perspektive ist der Schlüssel zum Erfolg. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Zeichenpapier oder -block DIN A3, Skizzenblock DIN A4, Bleistifte 2,5 HB, 4B, 6B, 8B, Radiergummi, Lineal, Winkeldreieck und Zeichenkohle.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gertrud Adrian
Sa, 14.02., 10.00 - 14.15 Uhr
So, 15.02., 10.00 - 14.15 Uhr
27,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 04.02.
KursNr: 814715

Zeichnen lernen – Klassische Zeichentechniken

Für Anfänger/innen

Die Zeichnung ist das Fundament jeder Malerei. Sie ist das Erste, was aufs Papier kommt. Sie kann eigenständiges Kunstwerk oder weiterführende Skizze sein. Damit eine Zeichnung gelingt und das Arbeiten Freude macht, lernen wir in diesem Kurs ihre wichtigsten Grundlagen kennen:

- Die Anwendung der drei Elemente der Zeichnung
- Das richtige Einschätzen der Proportionen
- Das Erkennen perspektivischer Zusammenhänge
- Die Berücksichtigung gestalterischer Grundlagen
- Den Umgang mit Licht und Schatten, Fläche und Raum

Die wichtigsten Materialien und Zeichentechniken, wie z. B. Bleistift-, Feder-, Kreide-, Kohle- und Farbstiftzeichnung werden hierbei - je nach Vorliebe - vorgestellt und praktisch angewendet.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Bleistifte HB - 4B, Anspitzer, Radiergummi, Zeichenpapier DIN A3, Lineal und Schreibblock. Zusätzliches Material stellt der Kursleiter zur Verfügung.

Bad Nenndorf, Gymnasium, Horster Straße
Bernhard Lehmann
Sa, 21.02., 09.30 - 12.45 Uhr
So, 22.02., 09.30 - 12.45 Uhr
22,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 11.02.
KursNr: 814108

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Bernhard Lehmann
Sa, 18.04., 09.30 - 12.45 Uhr
So, 19.04., 09.30 - 12.45 Uhr
22,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 08.04.
KursNr: 814102

Wie zeichne ich ein Porträt?

Ein Gesicht zu fotografieren, scheint leichter zu sein, als eines zu zeichnen. Um ein Porträt zu zeichnen, muss man den Aufbau des menschlichen Kopfes kennen. Man braucht eine gute Einführung über die Proportionen des Kopfes und danach viel Zeit um zu üben.
Wir beschäftigen uns zunächst mit den Einzelheiten des Gesichts: Augen, Nase, Ohren und Mund. Erst danach versuchen wir ein vollständiges Gesicht darzustellen nach Vorlage (Fotos von Frontalansichten können mitgebracht werden).
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gertrud Adrian
Sa, 13.06., 10.00 - 14.15 Uhr
So, 14.06., 10.00 - 14.15 Uhr
27,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 03.06.
KursNr: 814315

Aquarell

Mit der richtigen Technik zum eigenen Werk

Sie erlernen anhand der Themenschwerpunkte Landschaft und Stillleben die Grundlagen der Nass- und Trockentechniken für die klassische Aquarellmalerei. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit experimenteller Erweiterung des Aquarells durch Abstraktion oder durch Kombination mit anderen Zeichen- und Maltechniken. Wichtige theoretische Fragestellungen wie z. B. Farbenlehre, Proportionslehre oder Perspektive werden in die praktische Arbeit einbezogen, sofern sie für deren Gestaltung von Bedeutung sind. Ebenso können von kunsthistorisch bedeutenden Vorbildern der Aquarellmalerei, z. B. Nolde, Turner, Koller Impulse ausgehen, die die eigene Arbeit bereichern.
Bitte mitbringen: Aquarellpinsel, -papier und -farben, Lappen und ein Wassergefäß.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Bernhard Lehmann
Fr, 13.02., 09.30 - 11.45 Uhr,
8 Vormittage
68,00 EUR
ohne Materialkosten
KursNr: 814115

Wie kann ich eine eigene Bildidee entwickeln?

Acrylmalerei

Sie haben sich bestimmt schon einmal gefragt, wie komme ich zu einer eigenen Bildidee, ohne abzumalen? Wie finde ich meine eigene künstlerische Ausdrucksweise? In diesem Kurs werden Möglichkeiten dazu gezeigt. Als Inspiration können Fotos, Bilder oder Zeitschriften von Ihnen mitgebracht werden. Aufbauend auf Ihre persönlichen Vorkenntnisse werden Sie von mir tatkräftig unterstützt und ein überraschendes Ergebnis erzielen, wenn Farbe und Form, abstrakt oder real, im Zusammenspiel mit Ihrer eigenen Grundidee zusammen treffen.
Bitte mitbringen: Zwei mittelgroße Leinwände (ca. 50 x 60 cm), Acrylfarben 60 - 70 ml je Farbe in Gelb, Rot, Blau, Braun, Ocker, Schwarz und Weiß, Borstenpinsel, Flachpinsel, Palette, Spachtel (Plastik), zwei Gläser, Pappteller, Küchenrolle, Einmalhandschuhe, Wasserspritze,

Handtuch, Malkleidung und einen Föhn.
Bad Nenndorf, Gymnasium, Horster Straße
Heidi Marohn
Sa, 14.03., 10.00 - 17.30 Uhr
25,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 04.03.
KursNr: 814208

Neue Wege in der Ölmalerei

Für alle, die auf Lösungsmittel, aber nicht auf die Ölmalerei, verzichten wollen, gibt es das neue Medium W. Es ist mit jeder handelsüblichen Ölfarbe wasser-vermalbar, auch die Pinsel können mit Wasser gereinigt werden. Es gibt zunächst eine Vorführung und Anregungen dazu. Grundkenntnisse, Farbenlehre, Ölmaltechniken sowie Bildaufbau werden vermittelt. Die Bildmotive werden frei gewählt.
Medium W kann bei der Dozentin erworben werden.
Bitte mitbringen: 2 - 3 Leinwände/ Keilrahmen (40 x 50 cm oder 50 x 60 cm), Ölfarben, Pinsel, eine Palette, alte Lappen, Kernseife, zwei Wassergläser und Malkleidung.
Bad Nenndorf, Gymnasium, Horster Straße
Heidi Marohn
Di, 10.02., 18.30 - 20.45 Uhr,
7 Abende
60,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 01.02.
KursNr: 814308

Porzellanmalen

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Für Anfänger/innen: Sie werden in die Grundzüge der Porzellanmalerei eingewiesen, erfahren viel über das Arbeitsmaterial und die Brenntechnik. Am dritten Abend können Sie Ihren ersten Arbeitserfolg nach Hause bringen. Danach können Sie Dekore selbst gestalten oder nach Vorlage arbeiten.
Nordsehl, Landstraße 68
Margret Krömer
Di, 10.02., 19.15 - 20.45 Uhr,
10 Abende
57,00 EUR
ohne Materialkosten
KursNr: 814915

Bildhauerei in Stein

Dieser Kurs ist für alle geeignet. Nach intensiver theoretischer Einführung in das Know-how der Bildhauerkunst bearbeiten Sie einen Bildhauerstein individuell zu einer Skulptur oder einem Relief. Während des Kurses werden alle Teilnehmenden fortgehend künstlerisch beraten und fachgerecht angeleitet. Die Materialkosten betragen je nach Größe des Steins ab 10,00 EUR.

Rinteln, Steingarten an der Paschenburg, Remise
Arthur Friske
Fr, 24.04., 16.00 - 19.30 Uhr
Sa + So, 25.04. - 26.04.,
10.00 - 17.00 Uhr
59,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 14.04.
KursNr: 824112

Rinteln, Steingarten an der Paschenburg, Remise
Arthur Friske
Fr, 29.05., 16.00 - 19.30 Uhr
Sa + So, 30.05. - 31.05.,
10.00 - 17.00 Uhr
59,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 19.05.
KursNr: 824312

Goldschmieden

Die erfahrene Goldschmiedemeisterin Susa Bünte führt in ihrer komplett ausgestatteten Werkstatt Kurse durch - für alle und ganz individuell. Schmelzen, Walzen, Schmieden, Löten oder das Fassen von Steinen sind nur einige Techniken. Alte Schätze können zu neuen Glanzstücken umgearbeitet werden. Auch Trauringe gemeinsam zu schmieden, hat einen besonderen emotionalen Wert. Silber oder Gold und Steine können mitgebracht oder erworben werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bückeburg, Schulstr. 16 a,
Goldschmiede-Werkstatt
Susa Bünte
Di, 03.03., 17.00 - 20.00 Uhr,
4 Termine
110,00 EUR
ohne Materialkosten
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 19.02.
KursNr: 824102

Schmuckgestaltung/ Goldschmieden

Hat man beim Goldschmied ein neues Schmuckstück erstanden, ist das schon angenehm: Stolz trägt man Ring, Kette oder Brosche und fühlt sich wohl. Eines jedoch übertrifft dieses Gefühl noch - und zwar Schmuck zu tragen, den man in feinster Handarbeit selber geschaffen hat! Möchten Sie das einmal erleben? In diesem Kurs gestalten Sie unter Anleitung der Diplom-Metall-Designerin K. Herstelle individuellen Schmuck und arbeiten dabei mit den klassischen Goldschmiedewerkzeugen wie Feile, Hammer oder Säge. Metall (Silber) wird gestellt, die Kosten sind abhängig von der Menge und der Art des verwendeten Metalls.
Bitte mitbringen: Arbeitskleidung und evtl. Lesebrille.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Kathrin Herstelle
Sa, 09.05., 10.00 - 16.00 Uhr
So, 10.05., 10.00 - 16.00 Uhr
40,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 29.04.
KursNr: 824612

Ruby-Stein_pixelio

Hasan Anac_pixelio

Schneidern

Für Anfänger/innen

Selbstnähen macht Spaß!
In diesem Kurs wird in die Technik des Nähens eingeführt: Umgang mit der Nähmaschine bis zur Fertigstellung eines von Ihnen ausgesuchten Kleidungsstückes. Am ersten Abend bitte Schreibzeug und Nähmaterial zum Üben für die Nähmaschine mitbringen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Hannelore Wille
Mo, 09.02., 19.00 - 21.15 Uhr,
7 Abende
60,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 29.01.
KursNr: 934115

Schneidern

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Selbstnähen macht Spaß!
Für diesen Kurs sollten Sie schon über die wichtigsten Grundkenntnisse im Umgang mit der Nähmaschine verfügen. Am ersten Abend bitte Schreibzeug und Nähmaterial mitbringen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Hannelore Wille
Di, 10.02., 19.00 - 21.15 Uhr, 7 Abende
60,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 29.01.
KursNr: 934215

Grundlagen der Digitalfotografie

Der Weg zum besseren Bild

Was bewirken Blende, Verschlusszeit und Brennweite? Was ist die Tiefenschärfe? Was muss ich beim Bildaufbau beachten und wie belichte ich richtig? Wenn Sie sich solche oder ähnliche Fragen schon einmal gestellt haben, dann erhalten Sie hier die Antworten. Im Praxisteil haben Sie Gelegenheit, das Erlernte sofort auszuprobieren. Anschließend werden die entstandenen Fotos besprochen. Also Kamera raus und los!
Bitte mitbringen: Eigene Digital-Spiegelreflexkamera bzw. Bridge-Kamera mit Zubehör, Bedienungsanleitung für die Kamera, wenn vorhanden Laptop und Stativ.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Stefan Schubert
Fr, 20.02., 19.00 - 21.15 Uhr
Sa, 21.02., 09.00 - 17.00 Uhr
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 10.02.
KursNr: 874102

Die Kunst des besseren Fotos

Format – Licht – Perspektive – Bildsprache

Einfach den Auslöser drücken - und schon hat man ein gutes Foto? So einfach ist es nicht. Denn eine Kamera ist nicht kreativ, sie kann nur ausführen. Das bedeutet für Sie: Sie müssen gestalterisch sehen, den Blick für Details haben und eine persönliche Bildsprache zum Ausdruck bringen. Doch keine Angst, fotografisches Können lässt sich erlernen. Hier erarbeiten wir in der Praxis Themen wie Lichtführung, Perspektive, Format- und Objektivwahl. Anschließend werden die Fotos besprochen. Voraussetzung: Das Beherrschen der eigenen Spiegelreflex- oder Digitalkamera. Für Sonntagnachmittag, 03.05., ist eine Exkursion geplant, bei der besprochene Themen fotografisch umgesetzt werden.
Für entstehende Gerätekosten (Blitze, Stative, Lampen, Hintergrund) sind 3,00 EUR an den Dozenten zu zahlen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ewald Marschewski
Di, 24.02., 03.03., 10.03., 17.03.,
jeweils 19.00 - 21.15 Uhr
Exkursion: Sa, 15.03., 1 Nachmittag
43,50 EUR
Anmeldeschluss: 14.02.
KursNr: 874415

Digitalfotografie

Für Fortgeschrittene

Machen Sie mehr aus Ihren Fotos! Die Grundlagen der Digitalfotografie sind Ihnen vertraut und Sie möchten mehr aus Ihren Fotos herausholen? Dann sind Sie hier richtig!
Hier erfahren Sie, wie man:

- Bewegungen einfriert bzw. darstellt
- schwierige Belichtungssituationen (Gegenlicht) meistert
- den Blitz dezent einsetzt und
- die Bildwirkung durch unterschiedliche Perspektiven und Brennweiten verändert.

Außerdem erhalten Sie eine kleine Einführung in den digitalen Workflow (überspielen, bearbeiten, archivieren der Daten).
Bitte mitbringen: Kamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten der Blende und Verschlusszeit (Spiegelreflex- oder Bridgekamera), Zubehör (Weitwinkel- bis kleines Teleobjektiv), externes Blitzgerät, Stativ, Bedienungsanleitungen und falls vorhanden Laptop.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Stefan Schubert
Fr, 06.03., 19.00 - 21.15 Uhr
Sa, 07.03., 09.00 - 17.00 Uhr
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 24.02.
KursNr: 874202

Mit der Digital-Spiegelreflex-kamera fotografieren

In diesem Kurs wird das Fotografieren mit der Spiegelreflexkamera behandelt. Von der Aufnahme über die Bildbearbeitung bis zum Ausdruck oder Fotoabzug reichen u. a. die Themen:

- Fotografieren unter verschiedenen Lichtbedingungen
- Belichtung, -sautomatik (Av, Tv, P, M) Empfindlichkeitseinstellungen in ISO
- Wirkung von Weitwinkel-, Normal-, Teleobjektiven
- Fotobearbeitung mit Photoshop CS4
- Ausdruck der Fotos, Druckpapier, Tinten
- Digitaler Fotoabzug
- Online Fotos bestellen

Erforderliche Voraussetzungen: Digital-Spiegelreflexkamera und Kenntnis ihrer Bedienung, PC-Grundkenntnisse.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Fr, 08.05, 19.00 - 21.15 Uhr
Sa, 09.05., 09.30 - 16.30 Uhr
Ewald Marschewski
46,00 EUR
Anmeldeschluss: 29.04.
KursNr: 874315

Portraitfotografie

Die Grundlagen der Fotografie sind Ihnen vertraut und Begriffe wie Blende, Verschlusszeit und Brennweite jagen Ihnen keine Angst mehr ein. Dann ran ans nächste Kapitel, die Portraitfotografie!
Bildaufbau, Lichtführung und Anschnitt sind nur ein paar Themen, die diesen Zweig der Fotografie so reizvoll machen. Ob im Studio oder im Freien, wir werden das Erlernte natürlich gleich in die Praxis umsetzen.
Bitte mitbringen: Eigene Digital-Spiegelreflexkamera bzw. Bridge-Kamera mit Zubehör, Bedienungsanleitung für die Kamera, externes Blitzlicht, wenn vorhanden Laptop und Stativ.
Die Kosten für externe Models in Höhe von 25,00 EUR sind bereits in der Kursgebühr enthalten.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Stefan Schubert
Sa, 13.06., 09.00 - 17.00 Uhr
50,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 37,50 EUR einschl. Modellkosten
Anmeldeschluss: 03.06.
KursNr: 874302

Fotofreizeit auf Großsegelschiff in Holland

Einen besonderen Leckerbissen der Fotodidaktik bietet dieser Fotosegelurlaub.
Auf einem 26-Mann/Frau-Segelschiff finden im Juli und August interessante Fotofreizeiten statt. Die Kurse dauern jeweils eine Woche. Es werden weder Kenntnisse im Fotografieren noch im Segeln vorausgesetzt.
Mit einem geräumigen Klipper segeln die Teilnehmenden zu den niederländischen Inseln. Mit Fahrrädern geht es quer durch die Inselwelt zu Leuchttürmen und Stränden, Dünen und Naturreservaten.
Eine Fülle der herrlichsten Fotomotive auf dem traditionellen Segelschiff, in den malerischen Häfen und im Wattenmeer werden aufgegriffen und fotografisch umgesetzt.
Dabei gibt es Tipps für digitale Neulinge und Fortgeschrittene von der Aufnahmetechnik bis zur Bildbearbeitung. Hochwertige Digitalkameras können ausgeliehen werden.
Der Fotokurs kostet inkl. Schiff, Fahrradtour, voller Verpflegung, Übernachtung, Hafengebühren 875,00 EUR.
Termine:

Gr. 1	04.07. - 11.07.2015
Gr. 2	11.07. - 18.07.2015
Gr. 3	18.07. - 25.07.2015
Gr. 4	25.07. - 01.08.2015
Gr. 5	01.08. - 08.08.2015
Gr. 6	08.08. - 15.08.2015

Anmeldung und Information:
Telefon: 05751 890210
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gerhard Gömmel
KursNr: 874100

Gitarre

Für Anfänger/innen

Die Kursteilnehmenden lernen die Begleitung einiger Lieder mit einfachen Akkorden und Anschlagtechniken sowie das Spielen von Melodien. Ein eigenes Instrument sollte mitgebracht werden.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Walter Wilke
Di, 10.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
10 Abende
57,00 EUR
KursNr: 854115

Da unten im Tale...

Sang- und klangvoll bleiben, obwohl die Stimme älter wird

Wollen Sie gut bei Stimme bleiben? Dann müssen Sie am Ball bleiben. Singen ist da das beste Training für Ihre Stimme. Vielleicht kennen Sie ja noch viele Volkslieder und würden sie gerne mit anderen zusammen wieder singen. Der Kurs bietet viele Stimm- und Sprechübungen an, die die Singstimme wieder aufbauen und für die ein- oder zweistimmigen Volkslieder vorbereiten.
Denn: Wenn Sie richtig und regelmäßig reden und singen, haben Sie die richtigen Zutaten für eine gute Stimme bis ins hohe Alter zusammen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Beate Josten
Do, 26.02., 10.00 - 11.30 Uhr,
4 Vormittage
37,00 EUR
Anmeldeschluss: 16.02.
KursNr: 854102

Afrikanisches Trommeln

Afrikanisches Trommeln ist Ausdruck von Lebensfreude und gehört zu den ältesten Musikformen der Welt. Keine andere traditionelle Musik basiert auf derart pulsierenden Rhythmen. Dabei bekommt man zugleich ein Gefühl von Getragensein und erdverbundener Energie. Die Djembe ist eine westafrikanische Trommel mit gewaltiger Klangbreite: tiefe Bässe und hohe Obertöne. Rasante, feurige, erdige Rhythmen machen dieses Wochenende zu einem tiefen Trommelerlebnis. Dabei geht es um Freude am Spielen. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Djembe-Trommeln können beim Kursleiter geliehen werden.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Aik Hüllhorst
So, 01.03., 10.00 - 15.00 Uhr
16,50 EUR
Anmeldeschluss: 19.02.
KursNr: 854112

KURSE & WORKSHOPS 1/2015

Musikalische Bildung für alle Altersstufen

Kreisjugendmusikschule Schaumburg

Anmeldeformular bitte unter ☎ 05751-42014 sowie per E-Mail unter info@KJMS-Schaumburg.de anfordern oder unter www.KJMS-Schaumburg.de herunterladen.

Blasinstrumente für erwachsene Neu- und Wiedereinsteiger

Sie spielen mit dem Gedanken, ein Instrument unter professioneller Anleitung zu erlernen? Sie möchten vor langer Zeit erworbene Fertigkeiten gründlich wiederauffrischen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig! Das Modell „Bläserklasse“, seit vielen Jahren an allgemeinbildenden Schulen praktiziert, erfreut sich auch an der KJMS wachsender Beliebtheit. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Beim ersten Termin können verschiedene Instrumente ausprobiert werden, die auch während der Dauer des Kurses gegen eine geringe Gebühr ausgeliehen werden können.

Rinteln
Tag nach Absprache, 19.00 Uhr
Bad Nenndorf
Mi. 20.00 - 20.45 Uhr (nur Holzbläser)
Hess. Oldendorf
Tag nach Absprache, 18.00 - 18.45 Uhr (nur Holzbläser)
Di. 18.15 - 19.00 Uhr (nur Blechbläser)
15 Termine 130,00 €
Anmeldeschluss: 01. März
KursNr: KJMS1815

Schnupperkurs Klavier

Ganz gleich ob als sinnvolle Freizeitbeschäftigung, als Ausgleich zum Beruf oder um sich einen Kindheitstraum zu erfüllen: Klavier kann von Menschen jeder Altersstufe erlernt werden. Dieser Anfängerkurs ist für alle diejenigen gedacht, die sich in einer kleinen Gruppe unter fachkundiger Anleitung an das Klavier „herantasten“ möchten.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Auetal/Stadthagen/Hess.Oldendorf/ Rinteln/Bad Nenndorf
Wochentage nach Vereinbarung
10 Termine à 45 Minuten
138,00 € (2 TeilnehmerInnen)
108,00 € (3 - 4 TeilnehmerInnen) oder
10 Termine à 25 Minuten
160,00 € (1 TeilnehmerIn)
KursNr: KJMS1915

Latin Dance

Lateinamerikanische Tanzschritte zu einer choreographischen Einheit zusammengefasst werden zu einem unglaublichen Gruppenerlebnis. Die Musik besteht aus lateinamerikanischen, aber auch internationlen Rhythmen. Schritte und Bewegungen bestehen aus Tanzstilen wie Salsa, Cha-Cha, Merengue, Rumba, Samba, Cumbia, Bachata, Calypso, Hip-Hop und vielen mehr.
Stadthagen
Yildiz Yildirim
Do., 18.30 – 19.30 Uhr
10 Termine 75,00 €
Anmeldeschluss: 01. März
KursNr: KJMS2415

KJMS-Zehnerkarte

10 Unterrichtseinheiten (auch als Geschenk geeignet) für folgende Instrumente:
Blockflöte/Querflöte/Klarinette/Saxofon/ Trompete/Horn/Tenorhorn/Eufonium/Posaune/Tuba/Gitarre/E-Bass/E-Gitarre/Violine/Cello/Keyboard/Akkordeon/Gesang (klassisch/Pop)
Auetal/Stadthagen/Hagenburg/Bad Nenndorf/Hess.Oldendorf/Rinteln

10 Termine à 25 Minuten (Der Starttermin ist frei wählbar, danach findet der Unterricht einmal wöchentlich statt.)
160,00 €
KursNr: KJMS2115
(bitte Instrumentenwunsch bei Anmeldung angeben)

Leistungsabzeichen Junior (E) und Bronze (D1) nach den Richtlinien des NMV für Blech- und Holzbläser sowie Schlagzeuger

Für LaienmusikerInnen aus Bläserklassen und Blasorchestern mit mindestens 2 Jahren Spielerfahrung.

Bad Nenndorf, Pavillon Bahnhofstr.
Sa., 07.02.15 Prüfungstag: 21.02.15
60,- € (Kurs-/Prüfungsgebühr Bronze)
20,- € (Prüfungsgebühr Junior)
Anmeldeschluss: 01.Februar 2015
KursNr: KJMS2215

Dirigieren von Bläsergruppen

Dieser Workshop vermittelt an vier Tagen die Grundlagen für die Leitung von Orchester- und Bläsergruppen: Schlagtechnik, Probenmethodik, Körpersprache, Umsetzung der Partitur in Klang. Die Kursteilnehmer bringen ihre eigenen Instrumente mit und bilden das Übungsensemble, um Abläufe auch aus der Orchesterperspektive betrachten zu können.
Rinteln, Gymnasium Ernestinum
Frank Schmitz, Lutz Göhmann
Sa., 21.02./07.03./14.03./18.04.
4 Termine
150,00 € (Mindestteilnehmerzahl: 8)
Anmeldeschluss: 15. Februar
KursNr.: KJMS2515

Weitere Kurse:

- Musik mit Kindern von 18 – 36 Monaten (für ErzieherInnen aus Kitas und Kinderkrippen)
- Blockflötenensemble (Rinteln)
- Posaunenquartett (Rinteln)
- Liedbegleitung auf der Gitarre (Stadthagen, Hagenburg)
- Stepdance (Stadthagen)
- Blechbläserensemble und/oder Hornquartett (Stadthagen)
- Percussionsensemble

Ihr Kurs ist nicht dabei?

Kontakt:

info@KJMS-Schaumburg.de

Rudi Arlt_pixelio

Blumen zum Valentinstag

Einen Strauß selber gestalten

Verschiedene Arten von Sträußen kennenlernen und dekorativ gestaffelt, mit oder ohne Dekomaterial, wie es Ihnen gefällt.
Bitte mitbringen: Verschiedene Schnittblumen und Grün, Rosenschere und Messer.
Verschiedenes Grün und Dekomaterial kann auch bei der Dozentin erworben werden.
Bückeburg, Georgstr. 6, ehem. Blumengeschäft der Gärtnerei Wecke
Anna Marie Wecke
Fr, 13.02., 18.00 - 20.15 Uhr
9,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 03.02.
KursNr: 834102

Frühjahrs- und Osterschmuck

Strauß, Gesteck oder Kranz gestalten

Frühlingshaft dekorieren mit Buchsbaum, Birkenzweigen, Efeu, Federn und Eiern. Einen Kranz, einen Strauß oder ein schönes Gefäß bestecken. Wer mag, bringt ein schönes Gefäß mit, einen Bund Tulpen oder Osterglocken, evtl. bemalte Eier. Zusätzliches Material kann bei der Dozentin erworben werden.
Bitte mitbringen: Rosenschere und Messer.
Bückeburg, Georgstr. 6, ehem. Blumengeschäft der Gärtnerei Wecke
Anna Marie Wecke
Sa, 14.03., 14.00 - 17.00 Uhr
11,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 04.03.
KursNr: 834202

Glückwunschkarten

Wie wäre es denn mal mit einem ganz persönlichen Glückwunsch? Mit wenigen Zutaten und ein bisschen Phantasie lassen sich in kurzer Zeit raffinierte Karten zaubern. Dabei ist der Kurs sowohl für Anfänger/innen als auch für Geübte geeignet. Ob Geburtstag, Hochzeit, Kommunion oder Konfirmation, für jeden Anlass ist die richtige Idee dabei. Und überdies macht es noch richtig Spaß!
Bitte mitbringen: Schere und Klebstoff. Selbstverständlich können Sie Ihre Papier- und Stoffreste mitbringen. Das Material kann auch von der Kursleiterin bezogen werden.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ulrike Distl
Sa, 07.03., 14.00 - 16.15 Uhr
8,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 26.02.
KursNr: 824215

Leinwände mit Servietten gestalten

Für Anfänger/innen

In diesem Kurs wollen wir z. B. frühlingshafte oder österliche (nach Wunsch auch andere Motive) Servietten auf Leinwände (20 x 20 cm) kleben und mit Modellierpaste, diversen Glitzersteinen, Pailletten, Holz- und Filzartikeln in einzigartige Objekte verwandeln. Ihrer Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt! Auch als Geschenk geeignet! Material kann bei der Dozentin bezogen werden.
Materialkosten: 4,00 EUR
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Mona Rahms-Eldessouky
Sa, 14.03., 10.00 - 12.15 Uhr
8,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 04.03.
KursNr: 824412

Nassfilzen: Eine Filzkugel – viele Möglichkeiten

In diesem Kurs wollen wir einen Kugelrohling mit Märchenwolle in verschiedenen Farben mit Nassfilz-Technik umfilzen. Diese lässt sich zu interessanten Objekten wie kleinen Taschen, Dekosteinen, Teelichthaltern, Handyhaltern, Schatzhöhlen, kleinen Übertöpfen, Deko- oder Ansteckblumen, Blumen für das Haar oder den Gürtel weiter gestalten. Auch als Geschenk geeignet! Material kann bei der Dozentin bezogen werden.
Materialkosten: 3,00 EUR
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Mona Rahms-Eldessouky
Sa, 18.04., 10.00 - 12.15 Uhr
8,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 08.04.
KursNr: 824512

Orientalischer Tanz

Für Anfänger/innen Teil 2

Nach einem tanzbezogenen Warm-up werden die Grundbewegungen des orientalischen Tanzes durch zahlreiche Variationen erweitert, vertieft und mit Schritten verbunden. Die Isolationstechniken werden verfeinert und mit Koordinations- und Gleichgewichtsübungen ergänzt.
Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung und ein großes Tuch für die Hüfte.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Mandy Crede
Do, 05.02., 18.30 - 20.00 Uhr,
10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 26.01.
KursNr: 844515

Orientalischer Tanz

Mittelstufe bis Fortgeschrittene

Nach einem tanzbezogenen Warm-up werden die bereits erlernten Bewegungen miteinander kombiniert und mit Schrittkombinationen und Drehungen ergänzt. Isolation und Koordination werden weiter geschult.
Die Schwerpunkte dieses Semesters besprechen wir am ersten Abend.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Mandy Crede
Do, 05.02., 20.00 - 21.30 Uhr,
10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 26.01.
KursNr: 844315

Tango Argentino
Grundkurs/Mittelstufe

Tango Argentino ist Freude an der Bewegung. Es werden die Grundlagen vermittelt, um sich im Rhythmus der Musik zu bewegen. Umsetzen und Erleben zwischen „Führen und Folgen“. Ziel des Kurses ist es, Grundschritte zu erlernen mit entsprechender Haltung für Tango, Milonga und Tangowalzer.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Marco Melgarejo
Sa, 07.02., 14.15 - 15.45 Uhr,
10 Nachmittage
57,00 EUR
KursNr: 844102

Tango Argentino
Für Fortgeschrittene

Nachdem wir die Grundschritte mit entsprechender Haltung für Tango, Milonga und Tangowalzer können, werden wir in diesem Kurs weitere Schrittfolgen lernen. Schwerpunkt werden Haltung und Führung sein sowie erste Schrittkombinationen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Marco Melgarejo
Sa, 07.02., 16.00 - 17.30 Uhr,
10 Nachmittage
57,00 EUR
KursNr: 844202

Tanzkreis

Wir tanzen internationale Folkloretänze und deutsche Volkstänze. Anfänger/innen sind uns immer willkommen, wir freuen uns natürlich auch über geübte Tänzer/innen. Für jede/n wird etwas dabei sein. Da wir viele Kreistänze haben, sind auch «Singles» bei uns gut aufgehoben. Leichte Kleidung und Schuhe zum Wechseln sind angeraten.
Rodenberg, Schulzentrum (Forum), Suntalstr. 19
Gerti Neidhardt/Ulrich Neidhardt
Mo, 16.02., 20.00 - 21.30 Uhr,
9 Abende
51,50 EUR
KursNr: 844113

Schottischer Ceilidh Tanz

Schottischer Ceilidh Tanz ist sehr lebendig, gesellig und interaktiv. Sie haben Gelegenheit, viele der beliebtesten Tänze Schottlands kennen zu lernen. Der Kurs wird von einem gebürtigen Schotten geleitet, der diese Tänze schon seit seiner Kindheit begeistert tanzt. Viele der Tänze sind Gruppentänze, so dass Sie keinen Partner mitzubringen brauchen. Vorkenntnisse oder Schottenrock sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Flache, bequeme Schuhe und ein Getränk.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Ian Sharp
Sa, 14.03., 10.00 - 12.15 Uhr
9,00 EUR
Anmeldeschluss: 04.03.
KursNr: 844302

Schnuppertauchen
Ist Sporttauchen etwas für mich?

Sie möchten gerne tauchen, sind sich aber nicht sicher, ob ein Tauchkurs wirklich etwas für Sie ist? Der Kursleiter stellt die theoretische und praktische Ausbildung zum zertifizierten Sporttaucher und den Gebrauch der Tauchausrüstung vor. Nach einer Einweisung geht es ins Wasser. Sie können ausprobieren, wie das Schwimmen mit Flossen, der klare Blick unter Wasser durch die Tauchermaske und sogar das Atmen aus dem Tauchgerät ist.
Einzige Voraussetzung: Sie sollten schwimmen können und mindestens 16 Jahre alt sein. Minderjährige werden gebeten eine Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten zur Teilnahme am Schnuppertauchen mitzubringen.
Rinteln, Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3
Jürgen Herden
Mo, 02.02., 19.00 - 21.00 Uhr
gebührenfrei
Der Eintritt in das Hallenbad ist zu entrichten!
KursNr: 884212

Sporttauchen
Für Anfänger/innen

VDST – Grundtauchschein
Gehen Sie auf Tauchstation. Die Weiten der Unterwasserwelt entdecken mit all ihren Fischen, Pflanzen und Korallen: Wer das erleben möchte, braucht einen Tauchschein und ist in diesem Kurs richtig. Hier erlernen Sie die Grundlagen der Tauchmedizin, -physik und -technik, den Umgang mit der Tauchausrüstung und die für das Freigewässer erforderlichen Sicherheitsübungen. Gemäß VDST-Richtlinien ist für den Grundtauchschein eine Selbsterklärung zum Gesundheitszustand erforderlich, für die Sie am ersten Abend das Formular erhalten. Nach erfolgreichem Abschluss bekommen die Teilnehmenden den Grundtauchschein des Verbandes Deutscher Sporttaucher (VDST), mit dem Sie in Begleitung eines Tauchlehrers an Tauchgängen bis 12 Meter Tiefe teilnehmen dürfen. Der VDST ist Mitglied der Weltorganisation CMAS. Der Tauchschein ist Grundlage für den Erwerb des internationalen Ein-Stern-Brevets der CMAS zur Teilnahme an Tauchgängen bis max. 40 Meter Tiefe. Der CMAS*-Aufbaukurs wird regelmäßig im Frühjahrssemester angeboten. Für Tauchflaschenfüllungen und Prüfungsunterlagen entstehen zusätzliche Kosten von insgesamt 15,00 EUR.
Rinteln, Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3
Jürgen Herden
Mo, 09.02., 19.00 - 21.00 Uhr,
10 Abende
92,00 EUR
ohne Materialkosten
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 04.02.
KursNr: 884312

TIPP

Angebot vor Ort
Sie suchen einen Kurs in Ihrer Stadt?
Ab Seite *** in diesem Heft finden Sie ein übersichtliches Verzeichnis.

Sporttauchen

Für Fortgeschrittene

VDST - CMAS*

Im Freiwasser werden die Teilnehmenden mit den Bedingungen des Tauchens in unseren heimischen Gewässern bis 12 Meter Tiefe vertraut gemacht. Neben der Ausbildung lernen Sie die Unterwasserwelt unserer Seen mit Pflanzen, Hechten und Barschen bei relativ guter Sicht kennen. Der Kurs umfasst die Vorbereitung und Prüfung zum internationalen VDST-CMAS*-Brevet. Diese Standardausbildung erlaubt Tauchtiefen bis maximal 40 Meter bei entsprechender Begleitung.

Voraussetzung: Grundtauchschein, gültige Tauglichkeitsbescheinigung, eigene Ausrüstung inkl. Neoprenanzug. Die Ausrüstung kann gegen eine Leihgebühr von 30,00 EUR für die Dauer des Kurses vom Kursleiter gestellt werden.

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jürgen Herden
Mi, 17.06., 19.00 - 21.15 Uhr, Information und Anmeldung
Sa, 20.06. + So, 21.06.,
Sa, 27.06. + So, 28.06. und
Sa, 04.07. + So, 05.07.,
09.00 bis 12.45 Uhr
Seen in der Umgebung von Rinteln
93,00 EUR
Gebührenermäßigung nicht möglich!
KursNr: 884412

Sportbootführerschein Binnen

Segelführerschein A des DSV

Der A-Schein besteht aus einem theoretischen und einem praktischen Teil (Prüfungsgebühr, Tampen und Spleiß ca. 35,00 EUR für den theoretischen Prüfungsteil). Beide Prüfungsteile sind innerhalb eines Jahres zu absolvieren. Die praktische Schulung kann vermittelt werden.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Siegfried Goehring
Mo + Mi , 04.02. - 16.03.,
18.00 - 19.45 Uhr, 12 Abende
79,00 EUR
Anmeldeschluss: 26.01.
KursNr: 884415

Rainer Sturm_pixelio

GPS für Radler und Wanderer

In Zusammenarbeit mit der Landesvermessung Niedersachsen (LGN)
GPS – so heißt es immer öfter für Radler und Wanderer. Doch einfach ein Global-Positioning-System-Empfangsgerät kaufen und losradeln? Nein, das geht schief!
In diesem Seminar werden die erforderlichen Grundkenntnisse in Theorie und Praxis vermittelt. Es wendet sich vor allem an Radler und Wanderer, die schon immer diese spannende Herausforderung meistern wollten, sich aber durch die Gerätevielfalt und umfangreichen digitalen Kartenangebote nicht mehr zurecht finden.
Sie erfahren, warum ein Outdoor-GPS für (Rad)Wanderer sinnvoll ist und wie es funktioniert. Die Qual der Gerätewahl wird erleichtert. Sie lernen, eine Radtour mit digitalem Kartenmaterial am heimischen PC zu planen. Dann geht es in den Schaumburger Wald und Sie erleben „Rad und GPS“ in der freien Natur.
Bitte beachten Sie: Die Radwanderung im Praxisteil (mit Einkehr bei Schloss Baum) findet bei nahezu jedem Wetter statt! Entsprechende Bekleidung, ein verkehrstüchtiges Fahrrad und ein Fahrradhelm werden erwartet.

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Detlef Bielinski
Do, 16.04., 18.00 - 21.00 Uhr (Theorie I)
Fr, 17.04., 18.00 - 21.00 Uhr (Theorie II)
Sa, 18.04., 09.00 - 17.00 Uhr (Praxis)
60,00 EUR
Anmeldeschluss: 06.04.
KursNr: 594102

Schnupperkurs: Golf

Golf ist ein Sport in der freien Natur. Genießen Sie die Ruhe auf unserem 18-Loch-Panorama-Golfplatz und lassen Sie die Seele baumeln und versuchen Sie, die Hektik des Alltags zu vergessen. Golf als Sportart mit moderater körperlicher Belastung kann das Herz-Kreislaufsystem stärken. Bei einer Runde Golf kommen körperliche Fitness, psychische Entspannung und der Kontakt mit Gleichgesinnten zusammen. Egal in welchem Alter Sie mit dem Golfsport beginnen möchten: der Golfclub Schaumburg erwartet Sie!
Die Gebühr beinhaltet den Unterricht durch ausgebildete Trainer, Übungsbälle und Leihschläger, sowie freien Zugang zur Driving Range an den Kurs-Wochenenden.

Obernkirchen, Golfclub Schaumburg, Röserheide 2
Sebastian Neuhaus
Sa + So, 02.05. - 03.05.,
09.00 - 12.00 Uhr
49,50 EUR
Gebührenermäßigung ist nicht möglich!
Anmeldeschluss: 22.04.
KursNr: 884111

Obernkirchen, Golfclub Schaumburg, Röserheide 2
Sebastian Neuhaus
Sa + So, 13.06. - 14.06.,
09.00 - 12.00 Uhr
49,50 EUR
Gebührenermäßigung ist nicht möglich!
Anmeldeschluss: 03.06.
KursNr: 884211

Rainer Sturm_pixelio

Schnupperkurs Bogenschießen

Bogenschießen ist ein Ganzkörpersport, der auch von Linkshändern und Menschen mit körperlichen Einschränkungen ausgeübt werden kann. Trainiert werden Konzentration, Koordination und Muskelkraft. In diesem Schnupperkurs sollen die Grundtechniken des Bogenschießens vermittelt werden. Aus Sicherheitsgründen ist festes Schuhwerk und am Oberkörper anliegende Kleidung erforderlich.
Es entstehen Ausleihgebühren in Höhe von 10,00 EUR für Bogen und Zubehör.
Rinteln, Sportplatz Todenmann, Kösters Brink 1
Merve Victoria
Sa, 09.05., 14.00 - 18.00 Uhr
So, 10.05., 10.00 - 13.00 Uhr
25,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 30.04.
KursNr: 884112

TIPP
Anmeldung
Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Schmink-Workshop

Sind Sie ganz sicher in der Wahl der richtigen Farben für Ihr Make-up, typgerecht und passend zur Kleidung? Haben Sie Übung mit Eyeliner und Konturenstift und beherrschen Sie das 1x1 der Kosmetik? Kennen Sie die neuesten Make-up Trends und wissen was Ihnen steht? Das und vieles mehr lernen Sie in unserer Schminkschule. Nach einer kurzen Einführung und einer Hautdiagnose folgt die richtige Grundlage für ein perfektes Make-up, die vorbereitende Pflege. Sie lernen, die richtigen Farben auszuwählen. Unter Anleitung üben Sie alle Schritte der kosmetischen Verschönerung, von der Teintgrundierung bis zu einem kompletten Augen- und Lippen-Make-up. Sie trainieren die kleinen Schönheitstricks und erkennen, wo es gilt, etwas zu kaschieren oder hervorzuheben. Jede Teilnehmerin erhält einen Beauty-Pass, in den die Make-up-Farben eingetragen werden.
Bitte mitbringen: Kosmetikspiegel, Handtuch, Gästehandtuch, kleine Schüssel und Schreibmaterial.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Patience Johnson
Fr, 06.03., 17.00 - 20.00 Uhr
Sa, 07.03., 10.00 - 13.00 Uhr
22,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 25.02.
KursNr: 934102

Natürlich schön mit Make-up

Auch wenn morgens die Zeit knapp ist, ein natürliches Make-up für den Tag sollte „frau“ sich gönnen. In diesem Kurs werden Handgriffe und Tricks für ein Make-up, das wenig Zeit benötigt, vermittelt. Die eigene Schönheit hervorzuheben, ohne angemalt auszusehen, das ist das Ziel dieses Kurses. Produkte und ihre Anwendung sowie individuelle Schminktipps und Besonderheiten für Brillenträgerinnen werden erläutert. Eigene Make-up-Utensilien können mitgebracht werden.
Bitte mitbringen: Vergrößerungsspiegel und Make-up Pinsel (falls vorhanden). Materialkosten in Höhe von 2,50 EUR sind bei der Dozentin zu entrichten.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Beate Parthen
Sa, 07.03., 09.30 - 14.15 Uhr
16,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 25.02.
KursNr: 934515

junge vhs

Bildhauerei in Stein

Für Kinder und Jugendliche

Nach einer theoretischen Einführung und praktischem Vorführen lernen die Teilnehmenden eine Reliefarbeit oder eine Skulptur zu fertigen. Gearbeitet wird mit Thüster Kalkstein. Werkzeuge werden zur Verfügung gestellt. Während der Arbeit werden alle Teilnehmenden fachlich angeleitet und betreut. Die Materialkosten betragen je nach Größe des Steins ab 3,00 EUR.
Rinteln, Steingarten an der Paschenburg, Remise
Arthur Friske
Sa, 16.05., 14.00 - 18.00 Uhr
14,00 EUR
ohne Materialkosten
Keine Ermäßigung außer Knax- und S-Club
Anmeldeschluss: 06.05.
KursNr: 824212

Programmbereich Gesundheit

Ihre Ansprechpartnerin
in der VHS Schaumburg:

Dunja Cordes
Telefon: 05721 787115
cordes@vhs-schaumburg.de

„VHS
macht gesünder!“
belegt eine bundesweite Studie des Universitätskrankenhauses Eppendorf zur Wirksamkeit von Entspannungskursen an Volkshochschulen. Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehören kann, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. All das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.
Der Hirnforscher Gerald Hüther ist überzeugt, dass „Begeisterung Dünger für das Gehirn“ ist und weist in seinen Schriften immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin. Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen berücksichtigen seit langem diese Erkenntnis. Hier werden Sachinformation und Lernen mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte... wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.

Themen im Propgrammbereich

- Vorträge, Patientenuni Schaumburg
- Heilmethoden
- Autogenes Training, Meditation, Entspannung
- Yoga, Qi Gong, Massage
- Bewegung, Pilates, Yogilates
- Rückenschule, Gymnastik, Wassergymnastik
- Gesunde Ernährung
- Internationale Küche

Psychohygiene – Balsam für die Seele

Es ist sehr gewinnbringend, wenn wir Körper, Geist und Seele regelmäßig von unnötigem Ballast befreien. In der Psychologie heißt dies Psychohygiene und bedeutet: Maßnahmen zur Erhaltung der seelischen Gesundheit und Zufriedenheit. Wie kann man im Alltag gut für sich und seine Seele sorgen? Was gibt es für Möglichkeiten? Im Anschluss an den Vortrag bleibt Zeit, offene Fragen anzusprechen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Doris Franke-Voth
Sa, 28.02., 11.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 18.02.
KursNr: 955002

Schüßler'sche Biochemie

Teil 1, Nr. 1-6

Eigenschaften und Wirkungen der biochemischen Salze - ein geniales System zur Zellregulation. Mit den einfachsten Mitteln helfen! „Das Fehlen von anorganischen Salzen in der Zelle ist die Ursache aller Krankheiten". Das ist der zweite biochemische Lehrsatz Schüßlers. Lernen Sie die einzelnen biochemischen Mittel kennen und staunen Sie über die Vielfalt der Möglichkeiten.
Meerbeck, Niedernwöhrener Landstr. 10
Axel Jacobs
Do, 12.03., 18.30 Uhr
6,00 EUR
an der Abendkasse
KursNr: 944115

Schüßler'sche Biochemie

Teil 2, Nr. 7-12

Meerbeck, Niedernwöhrener Landstr. 10
Axel Jacobs
Do, 16.04., 18.30 Uhr
6,00 EUR
an der Abendkasse
KursNr: 944215

Phobien und Ängste

Angst vor dem Fahrstuhl, Spinnen oder vor Menschen? Menschen, die von Ängsten und Phobien betroffen sind, haben oft eine lange Leidensgeschichte hinter sich. Der Vortrag beinhaltet nach einer Einführung über die Entstehung und Auswirkung einer Phobie verschiedene Behandlungswege. Während des Vortrags können Fragen gestellt werden.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Magdalena von Hagenburg
Di, 17.03., 18.30 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 07.03.
KursNr: 944902

Säure-Base Haushalt

Ein unausgeglichener Säure-Base-Haushalt kann Ursache für viele Erkrankungen sein. Beginnend durch säurelastige Ernährung, Medikamente, Überanstrengung und Stress sowie zu wenig Bewegung, lagert der Körper vermehrt Stoffwechselprodukte ein und es kommt zu einer sogenannten Verschlackung. Langfristig können daraus Funktionsstörungen wie Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Kopfschmerzen, Haarausfall, Konzentrationsschwäche sowie Erkrankungen in Form von Rheuma, Arthrose, Gicht, Allergien entstehen.
Sie erfahren, wodurch eine Säurelast entsteht, wie diese zu erkennen ist und was dagegen getan werden kann. Denn langfristig macht sauer - nicht lustig!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gudrun Prange
Mi, 15.04., 18.30 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.04.
KursNr: 944315

Essverhalten

Ab wann ist ein auffälliges Essverhalten eigentlich eine Essstörung? Welche Essstörungen gibt es? Mädchen und Jungen, Frauen und Männer - jeden kann es betreffen. Eine Essstörung macht keinen Halt vor dem Alter, vor dem Geschlecht und vor Über- bzw. Untergewicht. Eine Essstörung ist immer ein „Hunger des Herzens". Welche Faktoren führen zu einer Essstörung und wo bekommen die Betroffenen Hilfe? Während des Vortrags können Fragen gestellt werden.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Magdalena von Hagenburg
Di, 30.06., 18.30 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 20.06.
KursNr: 945002

Vorträge in Zusammenarbeit mit dem Klinikum Schaumburg

Moderne Narkosemedizin an unseren Kliniken

Oft ist es die Blackbox, vor der die Patienten meist unbegründet Angst haben. Chefarzt Dr. Finsterwalder erläutert Ihnen die modernen Sicherheitsstandards, die heutige Narkosen so sicher machen, wie sie es nachweislich sind.
Stadthagen, Klinikum Schaumburg, Gemeinschaftsraum
Dr. Hubertus Finsterwalder
Di, 13.01., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 940315

Aka_pixelio

Stammzellentherapie bei Kreuzband- und Knorpelschäden

Stammzellen sind Kraftwerke der regenerativen Gelenkchirurgie, eines sehr jungen Betätigungsfeldes der Medizin. Welche neuen Behandlungsmöglichkeiten ergeben sich aus der ständigen Weiterentwicklung? Kann ein Knorpelschaden mittlerweile mit Stammzellen repariert werden? Müssen gerissene Kreuzbänder weiter mit Sehnen ersetzt werden, können Kreuzbandrisse mittels Stammzellen heilen? Wie wird dadurch die Rehabilitation verkürzt? Diese Fragen werden Ihnen während des Vortrags und im direkten Gespräch erläutert.
Bückeburg, Ev. Krankenhaus Bethel, Mitarbeiterspeisesaal
Prof. Dr. Michael Jagodzinski
Mi, 21.01., 18.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 941102

Weibliche Harninkontinenz

Formen und Behandlungsmöglichkeiten

Fast jede dritte Frau im Wartezimmer einer gynäkologischen Praxis leidet unter Harninkontinenz. Und obwohl es immer noch ein Thema ist, über das Frauen nicht gern sprechen, ist es aus der „Tabu-Ecke“ zum Glück heraus. Denn Frauen entwickeln ein zunehmend besseres Körperbild, die Lebensqualität wird zur existenziellen Frage und auch der demografische Wandel steuert zu einer anderen Wahrnehmung bei. Über die Ursachen, Formen und Therapiemöglichkeiten möchte sich Oberärztin Lela Magradze gern „unter uns Frauen“ unterhalten.
Bückeburg, Ev. Krankenhaus Bethel, Mitarbeiterspeisesaal
Lela Magradze
Di, 27.01., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 941202

Geburtshilfe heute: Sanft und sicher

Was ist eine familiengerechte Geburtshilfe? Wo sind die Unterschiede zwischen einer Entbindung in einer hochtechnisierten Klinik oder einer Hausgeburt? Wo und wie entbinde ich sanft und sicher? Oberärztin Dr. Uhlhorn freut sich auf Ihre Fragen rund um das Thema Geburtshilfe.
Bückeburg, Ev. Krankenhaus Bethel, Mitarbeiterspeisesaal
Dr. Annette Uhlhorn
Di, 03.02., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944102

Künstliches Schultergelenk

Wie geht es direkt nach der Operation weiter?

„Man hört so vieles und ein Bekannter hat auch gesagt, dass es ganz lange dauert und ich den Arm in einer Schlinge tragen muss. Werde ich Schmerzen haben? Wie soll ich mir zu Hause helfen? Bekomme ich eine Reha?“
Ungewissheit und Unsicherheit erzeugen Angst! Weshalb unsere Patienten/innen keine Angst haben müssen, werden Ihnen unsere Leitende Physiotherapeutin Martina Busche und Dr. Stefan Bartsch, Leitender Arzt der Abteilung für Schulter- und Gelenkchirurgie am AGAPLESION EV. KRANKENHAUS BETHEL BÜCKEBURG, erklären. Hohe Fallzahlen, langjährige operative Erfahrung und ein eingespieltes Team sind die Voraussetzungen für eine schmerzarme Behandlung und rasche Genesung. Wir freuen uns, Ihnen tiefe Einblicke in unseren Alltag zu geben und Ihre Fragen zu beantworten!
Bückeburg, Ev. Krankenhaus Bethel, Mitarbeiterspeisesaal
Martina Busche/Dr. Stefan Bartsch
Di, 10.02., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944202

Osteoporotische Wirbelsäulenfrakturen

Da kann man was tun!

Osteoporose tritt zunehmend häufiger ein. Die Folgen sind oftmals unerkannte oder spät behandelte Rückenschmerzen und Verkrümmung der Wirbelsäule. Mittels modernster

Alexandra H._pixelio

OP-Techniken ist eine Aufrichtung der Wirbelsäule und sofortige Schmerzreduktion in den meisten Fällen möglich. Dr. Thido Wunder ist seit Jahren auf die schnelle und minimal-invasive Behandlung von osteoporotischen Wirbelkörperbrüchen spezialisiert und informiert im persönlichen Gespräch über die Behandlung und Erfolgsaussichten.
Stadthagen, Klinikum Schaumburg, Gemeinschaftsraum
Dr. Thido Wunder
Mi, 18.02., 18.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944415

Hüftgelenksarthrose

Diagnose und Therapie

Das Hüftgelenk ist im Körper am häufigsten von dem Gelenkverschleiß (Arthrose) betroffen. Ebenso ist es das am häufigsten mit einem Gelenkersatz therapierte Gelenk. Seit einiger Zeit wird immer wieder angezweifelt, ob ein Gelenkersatz immer notwendig ist. In dem Vortrag sollen die Ursachen der Arthrose und die Stadien gerechte Therapie beleuchtet werden.
Rinteln, Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5
Dr. Florian Barth
Di, 24.02., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944312

Kniegelenkarthrose: Was nun?

Die Kniegelenkarthrose ist eine schmerzhafte Verschleißerkrankung, mit einem oft über Jahre und Jahrzehnte fortschreitenden nicht heilbaren Verlust von Gelenkknorpel und einem krankhaften Umbau des angrenzenden Knochens. Knieschmerzen beim Treppensteigen oder „Anlaufschmerzen“ nach längerem Sitzen oder Liegen sind die klassischen Symptome. Knieathrose ist nach Hüftarthrose die zweithäufigste Form des Gelenkverschleißes. Eine differenzierte Behandlung, die sowohl die konservativen als auch die operativen Möglichkeiten umfasst, ist erforderlich. Doch wann und in welchem Stadium kommt welche Therapie in Frage? Muss es tatsächlich gleich ein künstliches Gelenk sein? Welche gelenkerhaltenden Verfahren gibt es und welche konservativen Therapiemöglichkeiten stehen am Anfang der Behandlungsmöglichkeiten?
Rinteln, Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5
Dr. Karl-Heinz Thielke
Di, 03.03., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944412

Brustverkleinerung – Befreit von der Last

Viele Frauen träumen von großen Brüsten – doch für manche Frau wird die übergroße Brust zum Problem. Neben ästhetischen Gründen sprechen daher oft Schmerzen an Nacken und Rücken für eine Brustverkleinerung. Nicht nur Haltungsschäden können die Folge übergroßer Brüste sein, sondern auch psychische Probleme. Chefarzt Dr. Schramm schildert Möglichkeiten der plastisch chirurgischen Brustverkleinerung bei Frauen an Beispielen und zeigt Möglichkeiten, Risiken und Grenzen der Verfahren auf.
Bückeburg, Ev. Krankenhaus Bethel, Mitarbeiterspeisesaal
Dr. Sören Schramm
Di, 10.03., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944302

Sportmedizin im Alltag

Sportverletzungen – wirksame Therapien für Ihre Gesundheit

Schäden im Sport werden eingeteilt in akute Verletzungen und Überlastungsbeschwerden. Ungenügendes Training, falsche Technik, mangelhaftes Aufwärmen, Übermüdung (mangelnde Erholung), Überlastung, Infektionen, unzureichende Ausheilung alter Verletzungen, Mangel an der Ausrüstung und Umwelteinflüsse wie Nässe, Kälte etc. führen häufig zu Verletzungen. Dabei sind Prellungen und Verstauchungen, Verrenkungen und Verletzungen von Sehnen, Bändern, Muskeln die häufigsten Ereignisse. Dr. Hasert erklärt Ihnen – neben Tipps zur Prävention vor Verletzungen – wie Sie Sportverletzungen auskurieren können.
Rinteln, Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5
Dr. Hartmut Hasert
Di, 17.03., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944512

Fußdeformitäten

Operative Korrekturmöglichkeiten

Fußdeformitäten sind ein lästiges Problem: Der Konfektionsschuh passt nicht mehr, es entwickeln sich schmerzhafte Druckstellen, häufig sind Kniegelenks-, Hüft- und Wirbelsäulenschmerzen die Folge. „Der Fuß ist der Zentralpfeiler unseres Skeletts.“ Vor diesem Hintergrund informiert Frank Käber, Leiter der Fußchirurgie am Standort AGAPLESION EV. KRANKENHAUS BETHEL BÜCKEBURG über die ambulante und stationäre Behandlung von Fußverformungen. Sie erhalten zudem Informationen über die Einlagen- und Schuhversorgung bei Fußbeschwerden.
Bückeburg, Ev. Krankenhaus Bethel, Mitarbeiterspeisesaal
Frank Käber
Mi, 18.03., 18.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944402

Demenz

Wie beuge ich der Krankheit vor? Welche Therapien gibt es?

Von den über 65 Jahre alten Deutschen leiden etwa fünf Prozent an einer Demenz, insgesamt sind etwa eine Million Menschen bundesweit davon betroffen. Das Risiko steigt mit zunehmendem Alter. Was kann man gegen diese Krankheit tun? Kann man sie verhindern? Günstig wirkt sich aus: Krafttraining, Gleichgewichtstraining. Dabei werden kognitive Leistungen und Depressivität / Apathie günstig beeinflusst. Der Vortrag gibt einen Überblick über die Ursachen, Therapie und Vorbeugung der Demenz.
Rinteln, Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5
Dr. Christoph Hunnius
Di, 14.04., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944612

Schmerzen rund um das Hüftgelenk

Welche Ursachen gibt es?

Hüftschmerzen sind mannigfaltig und häufig. Nicht selten ist die Ursache nicht unmittelbar in der Hüfte zu suchen: Veränderungen in der Lendenwirbelsäule, dem Becken und der Muskulatur können auch Symptome erzeugen. Der Vortrag soll einen Überblick über die verschiedenen Krankheitsbilder und Therapiemöglichkeiten geben.
Bückeburg, Ev. Krankenhaus Bethel, Mitarbeiterspeisesaal
Dr. Florian Barth
Di, 21.04., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944502

TIPP
Anmeldung
Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Unfall- und Frakturversorgung im Landkreis Schaumburg

Welcher Patient ist wo am Besten aufgehoben?

Ein Unfall kann jede/n treffen. Zumeist kommt er plötzlich und unerwartet. Neben der richtigen Ersthilfe ist die Einlieferung der/des Patienten/in in das richtige Krankenhaus häufig die lebensentscheidende Frage. Lars Blase, Rettungsmediziner und Koordinator des Rettungsdienstes am neuen Standort des Gesamtklinikums Schaumburg in Vehlen, informiert über die Versorgungsmöglichkeiten der regionalen Krankenhäuser. Außerdem erfahren Sie Näheres zum Ablauf der Behandlung nach einem Unfall und bei Unfallfolgen.

Rinteln, Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5
Lars Blase
Mi, 22.04., 18.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944712

Intensivmedizin heute

Was können wir und wo sind unsere Grenzen?

In einem spannenden Vortrag erläutert Ihnen die Leitende Oberärztin der Abteilung Anästhesie, Intensivmedizin, Notfallmedizin und Speziellen Schmerztherapie am AGAPLESION EV. KRANKENHAUS BETHEL BÜCKEBURG was Intensivmedizin heute kann, aber auch wo die Grenzen gesetzt sind.

Bückeburg, Ev. Krankenhaus Bethel, Mitarbeiterspeisesaal
Frau Dr. Roessler
Di, 12.05., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944602

Ein Leben mit Kunstgelenken

Was ist vor und nach einer Hüft- oder Knie-OP zu beachten?

Sie überlegen seit langem, ob ein Kunstgelenk implantiert werden soll? Oder Sie haben kürzlich erfahren, dass man Ihnen nur noch mit einem Kunstgelenk helfen kann? Häufig setzt ein Unbehagen ein, wenn man an eine solche OP denkt. Lassen Sie sich von einem der erfahrensten Operateure des „Klinikums Schaumburg“, AGAPLESION EV. KRANKENHAUS BETHEL BÜCKEBURG erklären, was bei einer solchen OP wirklich passiert und wie kurz mittlerweile der stationäre Aufenthalt ist. Frau Busche, Leitung der Physiotherapie, erklärt Ihnen die Vorbereitungsmaßnahmen für eine solche Operation und wie Sie nach der Operation auf Station von der Physiotherapie mobilisiert werden.

Bückeburg, Ev. Krankenhaus Bethel, Mitarbeiterspeisesaal
Martina Busche/Axel Prontnicki
Di, 19.05., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944702

Schmerzmedizin

Was heißt Multimodalität

Wie viel Schmerzmedizin brauchen wir? Wo stehen wir aktuell an den Schaumburger Kliniken: Was können wir anbieten? Wo sind Grenzen gesetzt? Wie arbeiten Ärzte/innen, Psychologen/innen, Physiotherapeuten/innen und Schmerzmediziner/innen bestenfalls zusammen? Dr. Finsterwalder beantwortet Fragen um das Thema Schmerztherapie.

Bückeburg, Ev. Krankenhaus Bethel, Mitarbeiterspeisesaal
Dr. Hubertus Finsterwalder
Di, 02.06., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944802

Arthroskopische Kniegelenkchirurgie

Was ist sinnvoll und was ist machbar?

Die Kniegelenksspiegelung ist ein etabliertes OP-Verfahren bei Meniskus- und Kreuzbandverletzungen. Wie sieht es jedoch bei Knorpelschäden im Knie aus? Wird in Deutschland nicht sowieso viel zu viel operiert? Wann macht es überhaupt Sinn, zu operieren? Welche Alternativen gibt es? Und ist jeder Befund im MRT (Kernspin) immer gleich krankhaft? Bei Beschwerden im Kniegelenk, ob nun nach einem Unfall, durch Überlastung oder durch chronische Beschwerden, immer stellen sich viele Fragen: Dr. Karl-Heinz Thielke, Leitender Arzt der Abteilung Schulter- und Gelenkchirurgie am Krankenhaus Rinteln, erklärt Ihnen gern die Möglichkeiten und Erfolgsaussichten der arthroskopischen Kniegelenkschirurgie.

Rinteln, Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5
Dr. Karl-Heinz Thielke
Di, 23.06., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944812

Möglichkeiten und Grenzen der minimal-invasiven Chirurgie

Was ist möglich? Wo sind Grenzen?

Vor 30 Jahren wurde zum ersten Mal die menschliche Gallenblase durch Bauchspiegelung entfernt. Seitdem zeigte die minimalinvasive (Schlüsselloch-) Technik eine rasante Fortentwicklung und ist heute fester Bestandteil moderner Chirurgie. In den meisten Fällen führte die Einführung dieser Methode zu Verbesserungen im postoperativen Verlauf und viele dieser Verfahren sind heute als Standard anzusehen. So hat sich das Spektrum der MIC auf fast alle Organe ausgedehnt. Nicht immer jedoch ist die Anwendung dieser Methode sinnvoll. Machbarkeit und Vorteile, aber auch die Risiken der minimal-invasiven Chirurgie werden von Chefarzt Prof. Dr. Bürk dargestellt und ausführlich diskutiert.

Stadthagen, Klinikum Schaumburg, Gemeinschaftsraum
Prof. Dr. Conny Bürk
Di, 07.07., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944515

Hüftarthrose

Welche Therapien helfen gegen Hüftverschleiß (Coxarthrose)?

Der Knorpelverschleiß der Hüfte, die Coxarthrose, ist die häufigste Form der Arthrose beim Menschen überhaupt. Wie vermeidet man diese Krankheit? Wer ist gefährdet, sie zu bekommen? Welche Therapien helfen dagegen? Ab wann muss operiert werden? Dr. Hasert erklärt Ihnen die verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten und beantwortet gern Ihre Fragen rund um das Thema Hüftarthrose.

Rinteln, Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5
Dr. Hartmut Hasert
Di, 14.07., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 944912

Adipositas-Chirurgie

Wieder wohlfühlen in der eigenen Haut

Ein straffer Bauch und eine schlanke Taille sind heute häufiger Wunsch für ein sportliches, gesundes Erscheinungsbild. Sport und gesunde Ernährung helfen jedoch nicht immer, die eigene Wunschfigur zu erreichen. Nach extremer Gewichtsabnahme bildet der Körper die stark ausgedehnte Haut oft nicht zurück. Grund dafür sind erschlaffte oder gerissene Bindegewebestrukturen in der Unterhaut, die der Haut bislang Halt und Straffheit gegeben haben. Die Folge sind faltige, hängende Hautlappen („Fettschürzen“) und sichtbare Überdehnungen der Unterhaut („Schwangerschaftsstreifen“). Dr. Schramm schildert Möglichkeiten der plastisch chirurgischen Straffungsoperationen an Beispielen und zeigt Möglichkeiten, Risiken und Grenzen der Verfahren auf.
Bückeburg, Ev. Krankenhaus Bethel, Mitarbeiterspeisesaal
Dr. Sören Schramm
Di, 08.09., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 940102

Schulterschmerzen ab 40

Warum tut es weh?

Kennen Sie das auch? Auf einmal werden Sie nachts wach, weil Ihre Schulter plötzlich schmerzt? Beim Hecke schneiden oder Fenster putzen tut die Schulter weh? Seit Wochen haben Sie Schmerzen im Schultergelenk, keiner weiß weshalb – und nun können Sie sie immer schlechter bewegen? Impingement-Syndrom, Kalkschulter, Schultersteife, Rotatorenmanschettenriss: Viele unterschiedliche Krankheiten können uns ab dem 40. Lebensjahr ärgern!
Dr. med. Stefan Bartsch, Leitender Arzt der Abteilung Schulter- und Gelenkchirurgie an den Standorten Bückeburg und Rinteln, erklärt Ihnen leicht verständlich die Erkrankungen an der Schulter, die im mittleren oder höheren Alter auftreten können. Wir freuen uns auf Ihren Besuch und Ihre Fragen!
Bückeburg, Ev. Krankenhaus Bethel, Mitarbeiterspeisesaal
Dr. Stefan Bartsch
Di, 15.09., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 940202

Vorträge in Zusammenarbeit mit dem EMMA-Zentrum

Stärkung der Eltern-Kind-Bindung

Die emotionelle Erste Hilfe fördert und unterstützt eine liebevolle Eltern-Kind-Bindung. Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne. Damit dieser kein böser Spuk wird, zeige ich Ihnen, wie man mit Hilfe die Eltern-Kind-Bindung erkennt und stärkt. Lernen Sie die Sprache Ihres Kindes zu deuten und darauf zu reagieren. Da die neue Familie Zeit braucht zu wachsen und dies viel Kraft und Sicherheit von den Eltern fordert, möchte ich Ihnen unterstützende, aufbauende und rückbindende Körperarbeit vermitteln. Denn wenn Sie genug Kraft haben, können Sie diese zum Wohl Ihrer Familie einsetzen.

Rinteln, Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum, Virchowstr. 5
Stephanie Clausing
Mi, 07.01., 19.30 Uhr
gebührenfrei
Anmeldung und Information
Telefon: 05751 931367 oder
emma@kkh-rinteln.de
KursNr: 214512

Rinteln, Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum, Virchowstr. 5
Stephanie Clausing
Mi, 01.04., 19.30 Uhr
gebührenfrei
Anmeldung und Information
Telefon: 05751 931367 oder
emma@kkh-rinteln.de
KursNr: 214612

Wie fördere ich meinen Säugling richtig?

Was haben die ersten Lebensmonate mit sprechen und schreiben lernen zu tun? Das Angebot ist groß, der Markt für Babykurse boomt, die Werbung kennt die Bereitschaft junger Eltern, möglichst viel für die Förderung ihrer Kinder zu tun. Schließlich soll sich der Nachwuchs motorisch und in allen anderen Bereichen gut entwickeln. Wie aber sieht die richtige Förderung aus? Wie sollten Eltern mit ihrem Kind beim Lagern und Tragen und dem Kauf von Babygeräten umgehen? Anhand vielfältigen Bildmaterials wird erläutert, wie die normale motorische Entwicklung eines Kindes in den ersten ein bis zwei Jahren abläuft und sich diese Entwicklung auf spätere Jahre auswirkt.

Rinteln, Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum, Virchowstr. 5
Dietlind Nieschke
Mi, 04.03., 19.30 Uhr
gebührenfrei
Mit Babybetreuung!
Anmeldung und Information:
Telefon: 05751 931367
emma@kkh-rinteln.de
KursNr: 214312

Rinteln, Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum, Virchowstr. 5
Dietlind Nieschke
Mi, 03.06., 19.30 Uhr
gebührenfrei
Mit Babybetreuung!
Anmeldung und Information:
Telefon: 05751 931367
emma@kkh-rinteln.de
KursNr: 214412

JMG_pixelio

Frauenherzen schlagen anders

Todesfälle im Zusammenhang mit Herz-Kreislauferkrankungen stehen in der Statistik an erster Stelle. Eine koronare Herzkrankheit führt bei Frauen unter 50 Jahren öfter zum Herzinfarkt als bei Männern unter 50 Jahren und sie verläuft häufiger tödlich. Das dabei entstehende Beschwerdebild entwickelt sich bei Frauen anders als bei Männern. Dr. med. Christian Vielhauer, Oberarzt der Inneren Abteilung des Kreiskrankenhauses Rinteln, referiert über Anzeichen und Beschwerden bei Mann und Frau und die Folgen, wenn sich ein Herzkranzgefäß gänzlich zusetzt.
Rinteln, Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum, Virchowstr. 5
Dr. Christian Vielhauer
Mi, 11.03., 19.30 Uhr
gebührenfrei
Anmeldung und Information
Telefon: 05751 931367 oder
emma@kkh-rinteln.de
KursNr: 944112

Die Wechseljahre

Die Wechseljahre sind ein natürlicher Abschnitt im Leben einer Frau. In dieser Lebensphase kommt es durch hormonelle Umstellungen zu unterschiedlichen Veränderungen an Körper, Geist und Seele einer Frau. Ob diese Veränderungen als Beeinträchtigung erlebt werden, verläuft individuell.
Rinteln, Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum, Virchowstr. 5
Silvia Montag
Mi, 25.03., 19.30 Uhr
gebührenfrei
Anmeldung und Information
Telefon: 05751 931367 oder
emma@kkh-rinteln.de
KursNr: 944212

Babies schlafen anders

Eine der häufigsten Fragen an junge Eltern: Schläft das Baby schon durch? Oftmals ist die Verunsicherung groß, da es zu keinem anderen Thema so viele sich widersprechende und verwirrende Information und Erwartungen gibt. Zu dem brauchen auch Eltern genügend Schlaf, um den Alltag mit Kind, Haushalt und Beruf zu bewältigen. In diesem Vortrag werden wir das

rudolf ortner_pixelio

Schlafverhalten und seine Entwicklung auf der Basis von neurologischen Forschungsergebnissen betrachten. Neben Fakten rund ums Schlafen, gehen wir auf mögliche Ursachen für unruhigen Babyschlaf ein und besprechen Lösungsmöglichkeiten, die den Schlaf fördern und gleichzeitig Nähe und Wohlbefinden für die ganze Familie stärken.
Rinteln, Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum, Virchowstr. 5
Stephanie Clausing
Mi, 10.06., 19.30 Uhr
gebührenfrei
Mit Babybetreuung!
Anmeldung und Information
Telefon: 05751 931367 oder
emma@kkh-rinteln.de
KursNr: 214212

Fit im Kopf

Was gab es vergangenen Sonntag als Hauptmahlzeit? Wie lautete das Titelthema der gestrigen Nachrichten? Welche Dokumentation will ich mir heute anschauen? Die Antworten auf solche Fragen sollten keine Probleme bereiten. Die grauen Zellen frühzeitig zu aktivieren oder zu trainieren ist keine Frage des Alters. Die angebotenen Übungen fördern Aufmerksamkeit und mentale Stärke. Das ganzheitliche Konzept integriert dabei Körper und Geist: bewegen und denken, entspannen und lernen - das gehört hier zusammen.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Beate-Maria Treff
Mi, 04.02., 10.00 - 11.30 Uhr,
8 Vormittage
46,00 EUR
KursNr: 964212

Nutzen Sie ihr Gehirn optimal?

Konzentrations- und Strategieworkshop für mehr Effizienz im Alltag
Viele Menschen lagern ihre Denkprozesse aus: an das Handy, an das Navi oder elektronische Kalender. Post-it, egal ob digitale oder die alt bekannten aus Papier, sind auf Dauer keine Lösung. Das Gehirn wird nicht mehr optimal gefordert. Ein Gedächtnis- und Konzentrationstraining ist sinnvoll. Erkennen Sie die Entwicklungen in ihrem Kopf. Eine gute Konzentration und eine optimale Wahrnehmung sind in vielen beruflichen und privaten Zusammenhängen gefragt. Fakten effizienter lernen und behalten, Zusammenhänge erkennen, schneller lesen können - das könnten Ziele sein. In diesem Workshop schulen Sie Ihr Gedächtnis - spielerisch und praktisch. Der Dozent arbeitet vorwiegend mit praktischen Übungen.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Axel Bürger
Do, 05.03., 19.00 - 21.15 Uhr
8,50 EUR
Anmeldeschluss: 26.02.
KursNr: 224212

TIPP

Beratung
BERATUNG wird bei uns groß geschrieben. Die Mitarbeiter/innen der VHS (siehe Seite 3) nehmen sich Zeit für Ihre Anliegen.

Autogenes Training nach Professor Schultz

Anfang des vorigen Jahrhunderts entwickelte Prof. Schultz das Autogene Training - ein Lösungsweg der Selbstsuggestion, um den eigenen Spannungslevel selbst bestimmen zu können und formelhafte Vorsätze durchführen zu lernen.
Stadthagen, Echternstr. 30
Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie
Ute Brodziak-Mudra
Mi, 11.02., 19.00 - 21.30 Uhr, 3 Abende
32,00 EUR
Anmeldeschluss: 01.02.
KursNr: 954115

Anti-Stress-Training

Ein Leben ohne Stress gibt es nicht, doch wird Stress von jedem Menschen unterschiedlich empfunden. Der eine geht besser damit um als der andere. Was macht diesen Menschen anders? In diesem Workshop wird die Unterschiedlichkeit der Menschen beleuchtet: Bin ich mehr ein/e Perfektionist/in oder ein/e Einzelkämpfer/in, glaube ich, dass ich auf der Sonnenseite des Lebens stehe oder eher auf der Schattenseite? Die unterschiedlichsten Faktoren spielen eine Rolle, ob ich meine Resilienzen nutzen kann und meine Ressourcen aktiviere oder ob ich mich in der Opferrolle sehe. Bin ich ein „Strukturmensch“ oder nutze ich Mindmaps zum Entwickeln von Ideen? Kenne ich meine Werte und kann ich Grenzen setzen und wie mache ich das?
Immer habe ich die Wahl: Entscheide ich mich für ein aktives selbstbestimmtes Leben oder für ein fremdbestimmtes?
Ferner werden in diesem Kurs verschiedene Entspannungstechniken vorgestellt. Es werden sofort wirksame Unterbrechungen aus der Grübelfalle vermittelt und Progressive Muskelentspannung nach Jacobson erklärt und geübt, so dass ein Anfang zur Selbsthilfe ermöglicht wird.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Magdalena von Hagenburg
Di, 17.02., 18.00 - 21.00 Uhr, 3 Abende
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 07.02.
KursNr: 955402

Wolfgang Dirscherl_pixelio

Einführung in die Meditation

Für Anfänger/innnen

Meditation kann uns helfen, vom Alltag zurückzutreten und uns zu beruhigen und zu entspannen. Darüber hinaus wird der Geist gesammelt und zentriert. Das hilft uns dabei, unsere normalen Denk- und Reaktionsmuster anzuschauen und besser handhaben zu lernen. So werden Ergebnisse der Meditation nachhaltiger als bei einer reinen Entspannung.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, zwei Wolldecken, wenn möglich Yogamatte und -kissen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Wolfgang Teschner
Do, 21.05., 19.30 - 21.00 Uhr,
8 Abende
46,00 EUR
Anmeldeschluss: 11.05.
KursNr: 954815

Gehmeditationen

Gehen und Entspannen

Gehmeditationen sind ein sanfter Weg zur Gesundheitsvorsorge für jene, die Aktivität und Entspannung verbinden möchten. Gehen, nicht laufen, rennen, walken ist eine uralte Form der Bewegung und kann bewusst und konzentriert wahrgenommen werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Gehmeditationen sind für jede/n geeignet. Wer sportlich ist, kann lernen, bewusst von Hektik und Anstrengung Abschied zu nehmen. Untrainierte haben die Möglichkeit Beweglichkeit und Kondition aufzubauen. Wir verbinden bewusstes Gehen mit Bewegungspausen aus dem Yoga, Hui Chi Gong und Atemübungen. Das konzentrierte Gehen mobilisiert, entspannt und schafft neue Energien. Nebenbei können Sie Ihr Immunsystem stärken, Ihr Herz-/Kreislaufsystem regulieren, Übergewicht reduzieren und Stress abbauen helfen.
In diesem Kurs lernen Sie einfache Trainings kennen. Bitte kommen Sie in gut eingelaufenen Sportschuhen und wetterfester Kleidung. Die Trainings finden im Außen- und Innenbereich statt.
Bitte mitbringen: Einen kleinen Rucksack mit warmen oder kalten Getränken, eine kleine Brotzeit und Schreibmaterial.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Dorothee Pfeiffer
Sa, 21.02., 14.00 - 17.00 Uhr,
3 Nachmittage
35,00 EUR
Die weiteren Termine:
07.03. und 21.03.
Anmeldeschluss: 11.02.
KursNr: 955302

Tanz und Meditation

Für Frauen

Tanz ist Ausdruck für Lebensfreude, Kreativität und Leidenschaft. Durch den Tanz bringen wir das, was uns innerlich bewegt, nach außen. Tanzen löst Anspannung und lässt uns die eigene Energie wieder spüren.
Wir lassen uns inspirieren vom Rhythmus der Musik, mal voll Kraft und Dynamik bis hin zu sanften, ruhigen Tönen. Verbunden durch Meditationen in Bewegung und Stille. Ich lade Sie ein zu einer kraftvollen Tanzreise! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Kommen Sie bitte in bequemer Kleidung.
Bitte mitbringen: Eine Decke, Kissen und ein Getränk.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gudrun Prange
So, 10.05., 11.00 - 15.00 Uhr
14,00 EUR
Anmeldeschluss: 01.05.
KursNr: 844415

Schreiben macht einfach Spaß

Kreatives Schreiben als Stresskiller

Dieser Kurs ist ganz bewusst von einem anderen Aspekt her angelegt – zur Stressreduzierung, Entspannung, zum Loslösen vom Alltag. Ja, kreatives Schreiben macht Spaß und kann wunderbar entspannen, befreien, beflügeln, den Kopf frei machen. Schreiben fördert die Fantasie und ermöglicht, die innere Ideen- und Gefühlswelt mit ihren Empfindungen und Wahrnehmungen in Worte zu fassen und ans Licht zu bringen. Diese Tätigkeit ist schöpferisch und führt zu Ausdruck und Kommunikation. Im Schreiben kann man tiefe Zufriedenheit und Kraft finden. Erfahren Sie das kreative Schreiben für sich und nutzen Sie Inspiration und Kreativität. Wir schreiben Gedichte, erinnern uns und denken uns fantasievolle Geschichten aus, sodass jede/r sich auf seine eigene Art entfalten kann. Schreibspiele, Entspannungs- und Bewegungspausen sorgen für Abwechslung, Auflockerung und Aktivierung. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Wir schreiben mit der Hand.
Bitte mitbringen: Schreibmaterial und bequeme sportliche Kleidung.

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dorothee Pfeiffer
Sa, 07.02., 11.00 - 16.00 Uhr
16,50 EUR
Anmeldeschluss: 28.01.
KursNr: 954702

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dorothee Pfeiffer
Sa, 14.02., 11.00 - 16.00 Uhr
16,50 EUR
Anmeldeschluss: 04.02.
KursNr: 954715

Ruhepunkte – Hilfen gegen Stress

Gibst du jemandem einen Fisch, so nährt er sich einmal. Lehrst du ihn fischen, so nährt er sich für immer (Chinesisches Sprichwort).
Sie können in diesem Kurs lernen, aktiv etwas für Ihre Entspannung zu tun und mit Ihrem Stress grundsätzlich konstruktiver und gelassener umzugehen. Nicht nur die bessere Bewältigung einzelner Stresssituationen wird angesprochen, sondern vor allem, wie es möglich ist, auch im hektischen Alltag den Punkt der inneren Balance bewahren und wiederzugewinnen zu können. Im Austausch mit anderen können Sie neue Sichtweisen erlangen und Ihren eigenen Umgang mit Stress beleuchten. Sie lernen verschiedene Entspannungsmethoden kennen und können herausfinden, bei welchen Übungen Sie sich am wohlsten fühlen. Entdecken Sie Ihren persönlichen Zugang zur Entspannung!
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Dorothea Schulte-Girr
Mi, 11.02., 19.00 - 21.30 Uhr, 4 Abende
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 01.02.
KursNr: 954502

Kraft schöpfen

Für Frauen

Entspannung durch Bewegung ist eine mögliche Form der aktiven Stressbewältigung. Wir werden ermutigt, neue Bewegungsmöglichkeiten auszuprobieren und erleben Tanzmeditationen, freien sowie gemeinsamen Tanz. Dieser lässt uns die eigene Lebensfreude, Kraft und Lebendigkeit spüren. Ziel ist die Selbstheilungskräfte des Körpers zu aktivieren, um gestärkt und leichter den Alltag bewältigen zu können. Der Kurs ist für Frauen jeden Alters geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Socken und eine Wolldecke.

Rodenberg, Backhaus, Deisterstr. 17
Elisabeth Köster
Sa, 21.02., 14.00 - 17.00 Uhr
15,00 EUR
Anmeldeschluss: 11.02.
KursNr: 954113

Rodenberg, Backhaus, Deisterstr. 17
Elisabeth Köster
Fr, 13.03., 18.30 - 20.30 Uhr, 3 Abende
33,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.03.
KursNr: 954213

Kraft aus der Stille

Ruhe im Alltag finden

Achtsamkeitsübungen, Körperwahrnehmung, Meditation und Qi Gong bilden die Basis zur Bewusstseinsentwicklung sowie um neue Sichtweisen in den Alltag zu übertragen.
Bitte mitbringen: Decke und warme Socken.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Relindis Allerup
Fr, 05.06., 09.00 - 11.15 Uhr
Sa, 06.06., 09.00 - 12.45 Uhr
22,00 EUR
Anmeldeschluss: 26.05.
KursNr: 964302

Natürlich besser Sehen

Ganzheitliche Übungen für die Augen

Sie sind kurz- oder weitsichtig und möchten versuchen, Ihr Sehen mit einfachen Übungen zu verbessern? Wir arbeiten mit Entspannungsübungen, effektiven und humorvollen Praktiken und lassen es uns und unseren Augen gut gehen. Tipps für augenfreundliche Ernährung und Hilfe zur Selbsthilfe runden das Programm ab. Dieser Kurs findet sowohl drinnen als auch in der freien Natur statt.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Susan Weckwerth
Di, 23.06., 19.00 - 21.00 Uhr,
5 Abende
39,00 EUR
Anmeldeschluss: 13.06.
KursNr: 955515

twinlili_pixelio

Yoga zum Kennenlernen

Sie wollten schon immer einmal Yoga ausprobieren?
Sie sind auf der Suche nach einem möglichen Ausgleich zum Stress des Alltags?
Erleben Sie eine sanfte Einführung in Körper-, Atem-, und Entspannungsübungen, welche auf wohltuende Weise ihre ausgleichende Wirkung auf Körper, Geist und Seele entfalten.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und evtl. ein kleines Kissen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Karin Schott
Fr, 22.05., 18.30 - 21.00 Uhr
Sa, 23.05., 10.00 - 14.30 Uhr
25,00 EUR
Anmeldeschluss: 12.05.
KursNr: 954402

Yoga am Morgen

Mit Yoga in die Woche starten

Yoga bietet uns die Möglichkeit, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Durch klassische Übungen für Anfänger/innen und Geübte kann es zu mehr Kraft, Flexibilität und einem Gleichgewicht auf physischer und psychischer Ebene kommen. Die beruhigende und ausgleichende Wirkung kann sich auf unseren Alltag übertragen und uns für das Leben stärken. Jede Yogastunde wird mit einer Entspannung beendet.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Karin Schott
Mo, 09.02., 09.00 - 10.30 Uhr,
12 Vormittage
68,00 EUR
Anmeldeschluss: 31.01.
KursNr: 954202

Yoga am Vormittag

Für Frauen über 50

Gerade in der zweiten Lebenshälfte kann Yoga ein Geschenk sein, wenn wir bereit sind, aktiv für das eigene Wohlbefinden zu sorgen. Durch präzise ausgeführte Yoga-Haltungen, getragen von einem ruhigen, fließenden Atem, dehnen und kräftigen wir unseren Körper sanft. Dies wirkt sich auch harmonisierend auf all unsere inneren Organe und unser Hormon- und Nervensystem aus. Jede Yogastunde endet mit einer Tiefenentspannung.
Bitte mitbringen: Zwei Decken, Handtuch, warme Socken und Gymnastikkleidung.
Lindhorst, Bahnhofstr. 55 a
Annelie Schneider
Mi, 11.02., 10.00 - 11.30 Uhr,
12 Vormittage
83,00 EUR
Anmeldeschluss: 01.02.
KursNr: 954207

Yoga am Vormittag

Der Tag beginnt mit einer Yoga-Praxis, die Körper, Atem und Geist in Einklang bringt. In der Tradition des Viniyoga werden klassische Hatha-Yogahaltungen (Asanas) und meditative Bewegungsabläufe (Vinyasas) im Atemrhythmus geübt. Die Achtsamkeit wird geschult und das Üben ist individuell an die Möglichkeiten der Teilnehmenden angepasst. Die Wahrnehmung wird bewusster, der Atem tiefer und wir gehen beweglicher, gestärkt und mit mehr Gelassenheit in den Alltag.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Socken, Decke, kleines Kissen und Yogamatte.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Beate Plagge
Do, 12.02., 09.00 - 10.30 Uhr,
12 Vormittage
68,00 EUR
Anmeldeschluss: 02.02.
KursNr: 954915

Yoga in den späteren Jahren

Wer rastet, der rostet!

Es ist nie zu spät, mit Yoga zu beginnen. Der Herbst des Lebens kann wirklich golden sein, wenn man sich im Alter dem Yoga widmet. Denn Yoga ist ein Geschenk für das Alter.
Die Praxis sieht so aus: Bewusste Körper- und Atemübungen mit bequemen Hilfsmitteln sowie meditative Bewegungsabläufe vermitteln dem Körper mehr Bewegungsfreiheit und Freude.
Bitte mitbringen: Bequeme, warme Kleidung, Wolldecke und ein kleines Kissen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Siegrid Schumacher
Mi, 04.02., 10.00 - 11.30 Uhr,
12 Vormittage
68,00 EUR
Anmeldeschluss: 26.01.
KursNr: 954102

Yoga

Durch regelmäßige Yoga-Praxis können wir Körper und Geist harmonisieren. Bewegungsfolgen aus dem Yini-Yoga und klassische Yogahaltungen stärken den Körper sanft und erhöhen das Wohlbefinden. Verspannungen und andere körperliche Belastungen können gelindert werden. Durch gezielte Verbindung von Atem und Bewegung erreichen wir eine mentale Ruhe, die uns hilft, die abschließende Entspannungseinheit intensiv zu erfahren. Jede Stunde endet mit einer Entspannung, sei es eine Visualisierung, eine Kontemplation, ein Musikstück oder kurze Meditation. Diese Erfahrungen können unsere Achtsamkeit stärken und mehr Raum für Lebensfreude geben.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, kleines Sitzkissen und evtl. eigene Yogamatte.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Helga Kaesberg-Thielke
Mi, 04.02., 17.15 - 18.45 Uhr,
12 Abende
68,00 EUR
Anmeldeschluss: 26.01.
KursNr: 954112

Yoga

Yoga bietet die Chance, beweglich zu bleiben, Körper, Atem und Geist in Einklang zu bringen und mehr Gelassenheit im Alltag zu entwickeln. Eine Zeit lang den Körper und Atem bewusst erleben, den Geist ausrichten und so zur Ruhe kommen, dazu leitet diese Yoga-Praxis an. In der Tradition des Viniyoga werden klassische Hatha-Yogahaltungen (Asanas) und meditative Bewegungsabläufe (Vinyasas) im Atemrhythmus geübt und behutsam gesteigert. Durch achtsames Üben kann die Beweglichkeit der Wirbelsäule und des gesamten Bewegungsapparates verbessert werden, Wohlbefinden und Entspannungsfähigkeit nehmen zu. Meditation und Tiefenentspannung runden jede Stunde ab.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, kleines Kissen, Yoga- oder rutschfeste Matte.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Beate Plagge
Di, 10.02., 17.30 - 19.00 Uhr,
12 Abende
68,00 EUR
Anmeldeschluss: 31.01.
KursNr: 954615

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Beate Plagge
Di, 10.02., 19.15 - 20.45 Uhr,
12 Abende
68,00 EUR
Anmeldeschluss: 01.02.
KursNr: 954215

TIPP

„Kleingedrucktes“
Die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS“ sind – klar und gut leserlich – auf der vorletzten Seite abgedruckt.

Rainer Sturm_pixelio

Yoga

Für Anfänger/innen und wenig Geübte

Yoga ist ein ganzheitlicher Weg, bestehend aus Körper-, Atem- und Meditationsübungen. Yoga bedeutet Verbindung, Vereinigung. Durch bewusstes und konzentriertes Üben auf entspannter Grundlage verbinden wir Körper und Geist, bringen beides in Einklang. Unser allgemeines Wohlbefinden kann sich dadurch verbessern und wir werden achtsamer uns selbst gegenüber.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, zwei Wolldecken und warme Socken.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Wolfgang Teschner
Mo, 16.03., 19.30 - 21.00 Uhr,
10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 06.03.
KursNr: 954302

Rückenyoga

Ein Weg für Körper, Geist und Seele

In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf Yoga-Übungen, speziell zur Dehnung und Kräftigung der Rücken- und Bauchmuskulatur. Die Übungen können tiefsitzende Verspannungen lösen und gleichzeitig Muskelstärke aufbauen, die Wirbelsäule wird entlastet. Weiterhin wird die Entspannung und Lockerung der Schulter- und Nackenpartie mit einbezogen. Am Anfang jeder Stunde steht eine Kurzentspannung, den Abschluss bildet eine Tiefenentspannung.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, kleines Kissen, Yoga- oder rutschfeste Matte.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kirsten Meyer-Vorrath
Fr, 06.02., 16.30 - 18.00 Uhr,
10 Nachmittage
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 27.01.
KursNr: 954315

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kirsten Meyer-Vorrath
Fr, 29.05., 16.30 - 18.00 Uhr,
6 Nachmittage
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 19.05.
KursNr: 954415

Hatha-Yoga am Vormittag

Für Anfänger/innen und Geübte

Die Morgenfrische in uns aufnehmend, lösen wir uns von der Nacht und machen uns bereit für den vor uns liegenden Tag. Yoga ist ein Weg, Verspannungen und Blockaden zu lösen und unsere Energiedepots aufzufüllen. Die Körperübungen (Asanas) kräftigen, dehnen und mobilisieren unseren Körper und wirken sich positiv auf die inneren Organe aus. Durch Atem- und Entspannungsübungen schaffen wir die Möglichkeit, uns bewusster wahrzunehmen, zur Ruhe zu kommen und somit Körper, Geist und Seele zu harmonisieren.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke und ein kleines Kissen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Sabine Meier
Mo, 09.02., 09.00 - 10.30 Uhr,
12 Vormittage
68,00 EUR
Anmeldeschluss: 29.01.
KursNr: 955215

Hatha-Yoga

Für Anfänger/innen und Geübte

In seiner Vielfalt spricht Yoga alle Altersgruppen an. Es ist ein ganzheitlicher Übungsweg, der zu einem tieferen Verständnis für die Zusammenhänge von Körper, Seele und Geist führen und die Gesundheit fördern kann. Durch achtsam ausgeführte Körperübungen/Asanas kann die Beweglichkeit des gesamten Bewegungsapparates verbessert, die Durchblutung gefördert und der natürliche Fluss des Atems angeregt werden. Die Konzentrationsfähigkeit erhöht sich, blockierte Energien kommen wieder in Fluss. Der Körper wird kräftiger und widerstandsfähiger gegen Krankheiten. Entspannung stellt sich nach den Übungen leichter ein und bildet den Abschluss eines Übungsabends.
Bitte mitbringen: Zwei Decken, Handtuch, warme Socken und Gymnastikkleidung.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Annelie Schneider
Mo, 09.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 29.01.
KursNr: 955115

Lindhorst, Bahnhofstr. 55 a
Annelie Schneider
Do, 12.02., 19.00 - 20.30 Uhr,
12 Abende
83,00 EUR
Anmeldeschluss: 02.02.
KursNr: 954307

Lindhorst, Bahnhofstr. 55 a
Annelie Schneider
Mi, 18.02., 19.00 - 20.30 Uhr,
12 Abende
83,00 EUR
Anmeldeschluss: 08.02.
KursNr: 954607

Hatha-Yoga

Für Fortgeschrittene

Yoga ist ein System von Körper-, Atem-, Konzentrations- und Entspannungsübungen. Durch regelmäßiges, präzises Üben soll ein gesundes Gleichgewicht von Flexibilität, Kraft, Ausdauer und Stabilität entwickelt werden. Die Konzentrations- und Entspannungsübungen führen in die Stille der Meditation. Dies fördert die innere Ruhe und Gelassenheit und vermittelt ein Gefühl von Harmonie und Frieden.
Bitte mitbringen: Zwei Decken, Handtuch, warme Socken und Gymnastikkleidung.

Lindhorst, Bahnhofstr. 55 a
Annelie Schneider
Di, 17.02., 19.00 - 20.30 Uhr,
12 Abende
83,00 EUR
Anmeldeschluss: 07.02.
KursNr: 954507

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Annelie Schneider
Mo, 23.02., 19.45 - 21.15 Uhr,
11 Abende
62,50 EUR
Anmeldeschluss: 13.02.
KursNr: 955415

Hatha-Yoga intensiv

Für Fortgeschrittene

Dieser Nachmittag richtet sich an Yogis, die einmal intensiver üben möchten. Intensiv bedeutet nicht, dass das Üben anstrengender ist als gewohnt. Intensiv bedeutet, dass wir mehr Zeit haben und daher durch unterschiedliche Sequenzen wie Stand-, Umkehrhaltungen und Vorwärtsbeugen den Körper harmonisieren und somit eine geistige und körperliche Ausgeglichenheit erreichen wollen.
Bitte mitbringen: Zwei Decken, ein Handtuch, warme Socken und Gymnastikkleidung. Wenn vorhanden: Klotz, Gurt und Augenkissen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Annelie Schneider
Sa, 27.06., 12.00 - 16.30 Uhr
16,50 EUR
Anmeldeschluss: 17.06.
KursNr: 955315

Authentisches Medizinisches Qi Gong

Qi Gong ist eine seit über zweitausend Jahren überlieferte und praktizierte Lehre von der Erhaltung der Gesundheit und Aktivierung der Selbstheilungskräfte. Durch das regelmäßige Praktizieren der Übungen können sehr wirkungsvoll Muskeln aufgebaut werden, die die Wirbelsäule und Gelenke entlasten. Durch die weichen fließenden Bewegungen ist es möglich, verspannte Muskulatur wieder zu lockern und somit zu einer zunehmenden Beweglichkeit beizutragen. Die Entspannung, die bei den Übungen eintreten kann, hilft Stress abzubauen und ein positives Verhältnis zum eigenen Körper und seinen Bedürfnissen zu entwickeln. Die für den Kurs ausgewählten Qi Gong Techniken, spezielle Akupressurmethoden, Entspannung und eine verbesserte Körperwahrnehmung, können auch bei der Gewichtsreduktion hilfreich sein.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und Stoppersocken.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Rotraud Ferber
Fr, 06.02., 18.15 - 19.45 Uhr,
10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 27.01.
KursNr: 964815

Authentisches Medizinisches Qi Gong

Qi Gong ist die in China seit Jahrtausenden überlieferte und praktizierte Lehre von der Erhaltung und Wiederherstellung der Selbstheilungskräfte und der Gesundheit. Dieses Wochenende bietet einen guten Einstieg um sich über einen längeren Zeitpunkt in einem Zustand körperlicher, psychischer und geistiger Harmonie zu versetzen. Dies ermöglicht danach auch zuhause ein zentriertes, effektives Üben. Die Basisübungen können von jeder Altersgruppe ausgeführt werden und dienen der:

- Stärkung der Lebenskraft
- Verbesserung der Beweglichkeit
- Gewichtsregulierung
- Schmerzlinderung
- Stressreduzierung
- psychischen und geistigen Harmonisierung

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und Stoppersocken.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Rotraud Ferber
Sa, 13.06., 10.00 - 17.00 Uhr
So, 14.06., 10.00 - 13.00 Uhr
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.06.
KursNr: 964702

Mit QiGong durch die Wechseljahre

Wechseljahre als Chance sehen

Qi wahrzunehmen und durch entsprechende Übungen zu beeinflussen, einen harmonischen Fluss der Energie (Qi) durch den ganzen Körper leiten, es zu speichern, sammeln und bewahren, um es zu stärken. Ziel ist es Harmonie aller zusammenwirkenden Kräfte von Körper, Geist und Seele im Menschen zu festigen.
Bitte mitbringen: Decke und warme Socken.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Relindis Allerup
Do, 12.02., 18.30 - 20.00 Uhr,
6 Abende
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 02.02.
KursNr: 964202

Shaolin – Sehnen – Qi Gong Yi Yin Jing

Übungen zur Stärkung von Muskeln und Sehnen

Es ist eine Gruppe von Übungen für Gesundheit und Fitness, die auf der Shaolin-Tradition beruht. Der Legende nach hat Boddhidharma sie Ende des fünften Jahrhunderts von Indien nach China gebracht.
Wir werden uns der Form zuwenden, die von dem „Chinesischen Verband für Gesundheit und Qi Gong“ zusammengestellt und herausgegeben wurden. Der Schwerpunkt der Übungen liegt auf Drehen und Biegen der Wirbelsäule - es trägt zur Kräftigung der Gliedmaßen und inneren Organe bei.
Yi Yin Jing erfordert von dem Trainierenden, dass er seinen Geist vollständig entspannt. Die Übungen umfassen die Integration von Geist und Körper, natürliche Atmung und sanfte von Kraft durchzogene Bewegungen.
In der Shaolin-Tradition gelangt man zur Ruhe und Ausgeglichenheit über den Weg der Spannung.
Geplant ist, die ersten sechs Formen (von zwölf Formen) zu behandeln, die erforderliche Theorie zu erörtern und zu lernen.
Bitte mitbringen: Bequeme, bewegungsgerechte Kleidung, möglichst keine festen Schuhe sondern Stoppersocken und Schreibzeug.
Stadthagen, Echternstr. 30
Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie
Ute Brodziak-Mudra
Sa, 14.02., 09.00 - 12.45 Uhr,
3 Vormittage
44,00 EUR
Anmeldeschluss: 04.02.
KursNr: 964115

Einstieg in das Taiji – Qi Gong

Nach Prof. Jiao Quorui

Übungen der traditionellen chinesischen Medizin.

- Sie beinhalten die Prinzipien des Qi Gong
- Sie stellen eine Taiji-Übungsmethode dar
- Sie sind ausgewogen
- Sie verbinden Übungen-in-Ruhe mit Übungen-in-Bewegung

Sie können im Stehen und im Sitzen ausgeführt werden.
Stadthagen, Echternstr. 30
Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie
Ute Brodziak-Mudra
Mi, 15.04., 19.00 - 21.30 Uhr,
3 Abende
27,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.04.
KursNr: 964915

TIPP
Anmeldung
Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Reflexzonenmassage

Die Reflexzonenmassage ist eine sehr alte Methode zur Anregung und möglichen Stärkung der Selbstheilungskräfte. Die Arbeit mit Ohr- und Fußreflexzonen entwickelte sich unabhängig in verschiedenen Kulturen, bei den Indianern, Arabern und Asiaten.
In diesem Kurs werden die theoretischen Grundlagen der Reflexzonenarbeit vermittelt. Die Teilnehmenden lernen die Reflexzonen am Ohr und am Fuß den jeweiligen Körperregionen zuzuordnen. Ziel ist es, mehrere leicht zu erlernende Techniken für Wirbelsäulen- und Gelenkprobleme kennen zu lernen.
Bitte mitbringen: Schreibzeug, bequeme Kleidung, eine Gymnastik- oder Yogamatte und eine Decke.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Rotraud Ferber
Sa, 09.05., 10.00 - 17.00 Uhr
So, 10.05., 10.00 - 13.00 Uhr
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 29.04.
KursNr: 954602

Aktiv und schwungvoll durch den Tag

Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität: Wollen Sie Herz und Kreislauf in Schwung bringen, sich gut und stark für den Tag fühlen? Dann beginnen Sie den Morgen gemeinsam mit uns und einem belebenden Ausdauer- und Fitnesstraining. Wir erlernen Übungen, die Sie individuell und flexibel in ihren Alltag aufnehmen können. Teilen Sie mit uns die Freude am guten Körpergefühl und kommen Sie in unsere Gruppe!
Bitte mitbringen: Sportkleidung und Turnschuhe.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Beate-Maria Treff
Di, 03.02., 10.00 - 11.30 Uhr,
10 Vormittage
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 27.01.
KursNr: 964612

Fit in den Frühling

Gezielte gymnastische Übungen, die Spaß machen, die körperliche Verfassung verbessern und Konditions- sowie Haltungsschulung.
Bitte mitbringen: Großes Handtuch.
Rinteln, Schulzentrum-Sporthalle, Burgfeldsweide 2
Gabriele Bricke
Do, 05.02., 18.30 - 20.00 Uhr,
12 Abende
68,00 EUR
KursNr: 964112

Nordic Walking

Haben Sie sich Nordic-Walking-Stöcke zugelegt und möchten Sie die richtige Technik dazu erlernen? Wir zeigen Ihnen wie es geht, wie Sie Ihre Stöcke richtig einsetzen und körperlichen Beschwerden durch ungenügende Technik vorbeugen können. Trainieren Sie Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit und unterstützen Sie dadurch Ihre Kondition und verbessern Ihre Koordination. Natürlich können Sie auch ohne eigene Stöcke teilnehmen. Leihstöcke sind vorhanden. Leihgebühr für Stöcke: 1,00 EUR pro Trainingseinheit.

Bad Nenndorf, Treffpunkt: Bahnhofstraße, Eingang Kurpark
Werner Schulz
Mo, 09.02., 09.30 - 11.00 Uhr,
8 Vormittage
46,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 28.01.
KursNr: 964108

Stadthagen, Treffpunkt: Parkplatz Ostring, gegenüber Friedhof
Werner Schulz
Mi, 11.02., 09.30 - 11.00 Uhr,
8 Vormittage
46,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 01.02.
KursNr: 965415

Stadthagen, Treffpunkt: Parkplatz Ostring, gegenüber Friedhof
Werner Schulz
Mi, 11.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
8 Abende
46,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 01.02.
KursNr: 965615

Jetti Kuhlemann_pixelio

Reaktiv Walking

Mit Reaktiv Walking hat man eine neue Sportart gefunden, die den ganzen Körper trainiert und die Tiefenmuskulatur aktiviert. Reaktiv Walking ist für jedermann/-frau perfekt geeignet und trainiert besonders die obere Rumpfmuskulatur. Das Reaktiv Walking ist einfach zu erlernen, schonend für die Gelenke und bietet einen optimalen, ideal dosierbaren Trainingseffekt.
Leihgebühr für Raktor: 1,00 EUR pro Trainingseinheit.

Bad Nenndorf, Treffpunkt: Bahnhofstraße, Eingang Kurpark
Werner Schulz
Mo, 09.02., 11.15 - 12.15 Uhr,
6 Vormittage
22,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 28.01.
KursNr: 964208

Stadthagen, Treffpunkt: Parkplatz Ostring, gegenüber Friedhof
Werner Schulz
Mi, 11.02., 11.15 - 12.15 Uhr,
6 Vormittage
22,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 01.02.
KursNr: 965715

Bauch-, Beine-, Po-Gymnastik (BBP)

Gezielte Übungen zu fetziger Musik für Kräftigung der Bauch-, Bein- und Pomuskulatur. Nach einer leichten Choreographie zum Aufwärmen, werden die Übungen im Stehen wie auch am Boden durchgeführt. Stretch- und Entspannungsübungen runden das Programm ab.
Bitte mitbringen: Großes Handtuch und lockere Kleidung/Sportkleidung.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Marie Robinson
Do, 05.02., 19.30 - 21.00 Uhr,
10 Abende
57,00 EUR
KursNr: 964312

Body-Power

Für Frauen

Kräftigung für Bauch, Rücken, Schulter, Gesäß und Beine - effektiv und effizient! Stretching und eine Entspannung runden das Programm ab.
Gymnastik für Frauen, die gerne mal wieder etwas für sich tun möchten.
Bitte mitbringen: Gymnastikmatte. Der Kurs findet auch in den Ferien statt.

Stadthagen, Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum, Am Krankenhaus
Christiane Schumann
Mi, 11.02., 17.30 - 18.45 Uhr,
10 Abende
48,50 EUR
Anmeldeschluss: 01.02.
KursNr: 965015

Stadthagen, Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum, Am Krankenhaus
Christiane Schumann
Mi, 11.02., 18.50 - 20.05 Uhr,
10 Abende
48,50 EUR
Anmeldeschluss: 01.02.
KursNr: 965115

Bodyfit

Für Anfänger/innen

In diesem Kurs wird die Muskulatur durch funktionsgerechte Übungen gekräftigt und gestärkt. Sowohl Rücken-, Bauch-, Gesäß- und Beinmuskulatur erfahren neue Reize und Herausforderungen. Der Kurs richtet sich an Personen, die schon lange nichts mehr getan haben und mal wieder etwas für sich tun möchten.
Bitte mitbringen: Isomatte, Handtuch, Sportbekleidung, feste Turnschuhe und etwas zu trinken.
Stadthagen, Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum, Am Krankenhaus
Claudia Kittel-Seifert
Do, 12.03., 17.45 - 18.45 Uhr,
10 Abende
39,00 EUR
Anmeldeschluss: 02.03.
KursNr: 965515

Von 0 auf 100

Schritt für Schritt dem Körper Gutes tun!
Für Anfänger/innen

Sie haben Lust auf Bewegung? Sie wollen den Spaß am Laufen entdecken oder zu neuen Zielen aufbrechen? Mein Programm für Einsteiger/innen setzt hier an! Wenn wir uns bewegen, lösen wir vielfältige Reaktionen in unserem Organismus aus. Regelmäßiges Training kann nicht nur die Kondition steigern, sondern auch belebend auf Psyche und Glieder wirken.
Bitte erscheinen Sie in Laufkleidung, die den Witterungsverhältnissen angepasst ist.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gabriela Lukas
Do, 19.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 12.02.
KursNr: 964712

I-vista_pixelio

Pilates

Pilates macht schön: Es ist das beste und einfachste Training für alle, die ihren Körper straffen, Bauch- und Rückenmuskulatur stärken sowie ihre Haltung verbessern wollen. Pilates trainiert Körper, Geist und Seele. Es fördert Muskelkraft und -geschmeidigkeit, Konzentration und Koordination. Das Training macht Spaß, wird nie langweilig und ist sehr effizient.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und Iso-Matte.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Helena Wiebe
Mi, 04.02., 18.45 - 20.00 Uhr,
18 Abende
84,50 EUR
Anmeldeschluss: 24.01.
KursNr: 964315

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Helena Wiebe
Mi, 04.02., 20.00 - 21.15 Uhr,
18 Abende
84,50 EUR
Anmeldeschluss: 24.01.
KursNr: 964215

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Helena Wiebe
Di, 10.02., 09.00 - 10.15 Uhr,
18 Vormittage
84,50 EUR
Anmeldeschluss: 31.01.
KursNr: 964715

Pilates

Für Anfänger/innen und leicht Geübte

Pilates bringt Ihre Muskeln wieder in Schwung: Ihr Rücken wird gestärkt, die Gelenke werden beweglicher und Ihre Atmung bewusster. Konzentration und Koordination werden gefördert. Pilates ist für jede Altersgruppe geeignet. Das Training macht Spaß und ist sehr wirkungsvoll.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und dicke Socken.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Doris Franke-Voth
Fr, 20.02., 09.15 - 10.30 Uhr,
8 Vormittage
39,00 EUR
Anmeldeschluss: 10.02.
KursNr: 964602

Yogilates und Meditation

Ein Tag für mich

Pilates ist körperorientiert, Yoga mentalorientiert. Dennoch können beide ganzheitlich wirkungsvoll sein und die Wahrnehmung von Körper, Geist und Seele schulen. In diesem Kurs wird die Ganzheitlichkeit angesprochen, weil hier verschiedene Übungen aus beiden Bereichen zum Einsatz kommen. Sie lernen eine Einführung in die Meditation. Achtsamkeit, auf das was, gerade ist. Das, was war, liegt hinter uns. Das was kommt, noch vor uns. Konzentration auf das, was jetzt gerade im Moment ist, ist der Sinn der Meditation. Finden Sie mehr innerliche Ruhe und Gelassenheit.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Sport(Fleece)jacke und eine Decke.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Doris Franke-Voth
Sa, 28.02., 14.30 - 17.30 Uhr
11,00 EUR
Anmeldeschluss: 18.02.
KursNr: 955202

Yogilates und Meditation

Pilates ist körperorientiert, Yoga mentalorientiert. Dennoch können beide ganzheitlich wirkungsvoll sein und die Wahrnehmung von Körper, Geist und Seele schulen. In diesem Kurs wird die Ganzheitlichkeit angesprochen, weil hier verschiedene Übungen aus beiden Bereichen zum Einsatz kommen. Sie lernen eine Einführung in die Meditation. Achtsamkeit, auf das was, gerade ist. Das, was war, liegt hinter uns. Das was kommt, noch vor uns. Konzentration auf das, was jetzt gerade im Moment ist, ist der Sinn der Meditation. Finden Sie mehr innerliche Ruhe und Gelassenheit.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Sport(Fleece)jacke und eine Decke.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Doris Franke-Voth
Fr, 06.03., 19.00 - 20.30 Uhr,
6 Abende
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 25.02.
KursNr: 955102

Rückenschulung

Die Wirbelsäule ist das tragende Element des menschlichen Körpers. Sie hat Stütz-, Schutz-, Abfederungs- und Bewegungsaufgaben zu vollbringen. Unsere moderne technisierte Welt stellt keine hohen Anforderungen mehr an dieses hochentwickelte, belastbare Element. Als Folge davon verkümmert dieser Apparat: Die Wirbelsäule degeneriert und wird zwangsläufig fehlbelastet. Durch die Fehlbelastung treten unweigerlich Schmerzen auf.
Eine bewusste und ganzheitliche Rückenschulung kann diesem Prozess entgegen steuern. Über Bewusstmachung von Fehlstatik und deren Folgen werden gezielt Gymnastikübungen zur Mobilisierung und Kräftigung des Halte- und Bewegungsapparates erlernt und geübt.
Bitte mitbringen: Sportkleidung, Turnschuhe und ein Strandtuch.
Bückeburg, Behandlungsinstitut Cross, Pulverstr. 4
Institut Cross-Team/M. Schünemann
Di, 10.02., 19.00 - 20.00 Uhr,
12 Abende
46,00 EUR
Anmeldeschluss: 31.01.
KursNr: 964102

Beckenbodentraining

Für Frauen

Der Beckenboden ist das Zentrum unserer Kraft in vielerlei Hinsicht. Wie ist der Beckenboden aufgebaut? Welche Muskeln sind beteiligt, wie kann ich die einzelnen Schichten wahrnehmen und trainieren? Hierauf erhalten Sie Antworten. Nach einer kurzen theoretischen Einführung widmen wir uns dem funktionellen Beckenbodentraining und Atmungs- und Entspannungsübungen.
Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, kleines Kissen oder Handtuch und eine Decke.
Stadthagen, Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum, Am Krankenhaus
Christiane Schumann
Di, 17.02., 17.30 - 19.00 Uhr, 6 Abende
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 07.02.
KursNr: 965215

Allgemeine Gymnastik und Wirbelsäulengymnastik

Für Teilnehmende jeden Alters mit oder ohne Wirbelsäulenschäden, Verspannungen oder Dysbalancen (Ungleichgewicht der Muskulatur) soll durch funktionsgerechte Kräftigung der Hauptmuskelgruppen sowie Dehnungs-, Mobilisations- und Entspannungsübungen eine Grundfitness geschaffen werden.
Bitte mitbringen: Wolldecke und Trainingskleidung.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Alireza Shirbaz
Mi, 04.02., 19.00 - 20.30 Uhr,
10 Abende
57,00 EUR
KursNr: 964512

Schwimmen und Wassergymnastik

Für Senioren/innen

Eingliederung für ungeübte Teilnehmende, die ihre Bewegungsqualität verbessern wollen. Wasser ist ein ideales Element zur Lockerung und Entspannung der Muskulatur und der Wirbelsäule. Es fördert die Durchblutung, verbessert den Blutrückstrom zum Herzen. Die Konditionsfaktoren Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft, Koordination und Schnelligkeit werden gefördert.
Rinteln, Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3
Lothar Schön
Di, 03.02., 09.00 - 10.00 Uhr,
10 Vormittage
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 27.01.
KursNr: 964412

Vollwerternährung Aufbaukurs

Dieser Kurs wendet sich an diejenigen, die bereits Grundkenntnisse bei der Zubereitung von Gerichten aus der Vollwertküche besitzen, diese erweitern und ihr Hintergrundwissen ergänzen wollen.
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt
Mi, 04.02., 18.30 - 22.15 Uhr,
4 Abende
57,00 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Gerti Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 924213

Einstieg in die Vollwerternährung

Für alle Mahlzeiten des Tages werden leckere Gerichte zubereitet, angefangen mit vollwertigem Frühstück über Salate, Suppen, Aufläufe, selbst hergestellte Nudeln und Backwaren (süß und herzhaft). Preiswerte Alltagsgerichte sind genauso enthalten wie Überraschungen für Gäste. Dabei lernen Sie die Grundlagen der Vollwertkost und erforderlichen Küchentechniken. Stellen Sie fest, wie vorzüglich eine Mahlzeit aus frischen naturbelassenen Lebensmitteln schmeckt, die obendrein helfen kann, ernährungsbedingte Zivilisationskrankheiten wie Stoffwechselstörungen, Rheuma, Allergien zu verhüten.
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt
Do, 05.02., 18.30 - 22.15 Uhr,
5 Abende
72,00 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Gerti Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 924113

Vollwertkost am Vormittag

Wir bereiten an jedem Vormittag ein komplettes vegetarisches Menü aus Salaten, Suppe, Hauptgericht und Dessert oder Kuchen zu und lassen es uns schmecken, während die Küche zu Hause sauber bleibt.

Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt
Di, 03.03., 10.00 - 13.00 Uhr,
3 Vormittage
35,50 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Gerti Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 924413

Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt
Do, 05.03., 10.00 - 13.00 Uhr,
3 Vormittage
35,50 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Gerti Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 924313

Vollkornbäckerei

Selber sein „täglich Brot“ backen, macht Spaß. Außerdem kann man dann vieles vermeiden, was bei der „modernen“ Fabriknahrung zugesetzt wird. Ökologisch angebautes Getreide und wenige Zutaten genügen, um Brot, Brötchen und andere Backwaren wohlschmeckend und gesund zu machen. Am Freitag setzen wir den Sauerteig und den Hefeteig für das Ostergebäck an und lernen etwas über Theorie und Geschichte des Backens. Am Sonnabend backen wir dann Sauerteigbrote, Brötchen und Ostergebäck, die mit nach Hause genommen werden.
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Ulrich Neidhardt
Fr, 20.03., 18.30 - 19.30 Uhr
Sa, 21.03., 08.30 - 13.30 Uhr
22,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 10.03.
KursNr: 924613

Fit mit Frischkost

Einmal auf das Kochen verzichten und alles roh genießen! Das geht schnell, ist gesund und schmeckt. Wir verarbeiten frisches Gemüse und Obst in unterschiedlichen Variationen, ergänzt durch leckere Dipps.
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt
Mi, 15.04., 18.30 - 20.45 Uhr,
3 Abende
25,00 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Gerti Neidhardt Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 924713

Aufstriche selbstgemacht

Pikante und süße Aufstriche auf Brötchen und Fladenbrot, natürlich alles frisch, ohne tierisches Eiweiß. Auch zum Mitnehmen!
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Ulrich Neidhardt
Do, 16.04., 18.30 - 21.30 Uhr
11,00 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Ulrich Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 924513

Leicht, aromatisch, gesund und bunt

Frühlingsfrische Küche

Endlich – der Winter ist zu Ende, auf dem Markt gibt es wieder Obst, Gemüse und frische Kräuter im Überfluss. Der späte Frühling ist die ideale Jahreszeit, um sich ein wenig näher mit leichter, gesunder Gemüseküche zu beschäftigen. Bei raffinierten Vorspeisen, kalten Suppen, knackigen Salaten, leckeren Hauptgerichten und ungewöhnlichen Desserts kommen in diesem Kochkurs alle diejenigen auf ihre Kosten, die leichte, frische Küche mögen. Im Mittelpunkt stehen zwar Gemüse und Kräuter, wir werden aber nicht rein vegetarisch kochen. Ein Ausflug in die bunte Welt der Küchenkräuter mit Tipps zum Selberziehen im Garten oder auf dem Balkon und ein Blick auf Spezialitäten, die oft unbemerkt am Wegesrand wachsen, runden den Kurs ab.
Es entstehen Materialkosten in Höhe von ca. 18,00 EUR.
Bitte mitbringen: Kleine Gefäße für Kostproben.
Rinteln, Hildburgschule, Standort Ostertorstr. 23
Karsten Klaus
Sa, 09.05., 10.00 - 16.45 Uhr
29,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 27.04.
KursNr: 924212

Es muss nicht immer Bratwurst sein

Sommerzeit – Ferienzeit – Grillzeit. Doch vielen ist der Spaß am Grillen längst vergangen: Schon wieder Bratwurst, schon wieder undefinierbare Fleischbrocken, außen verkohlt, innen roh. Doch es geht auch anders. In diesem Kurs gibt es Tipps für abwechslungsreiche Gemüse-, Fisch- und Fleischgerichte vom Grill. Passend dazu: Kleine Vorspeisen, leckere Salate, köstliche Drinks – kurz alles, was zu einer gelungenen Grillparty gehört. Und weil es so gut zum Thema passt: Dieser Kurs findet nicht in der Schulküche, sondern auf der Terrasse und im Garten des Dozenten statt. Es entstehen Materialkosten in Höhe von ca. 17,00 EUR. Mit der Anmeldebestätigung erhalten die Teilnehmenden eine Wegbeschreibung.
Rinteln, Kurhessenweg 3
Karsten Klaus
Sa, 18.07., 11.00 - 18.30 Uhr
27,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 06.07.
KursNr: 924112

TIPP

VHS + „Tropicana“
Wenn Sie einen Kurs ab 30 EUR buchen, schenken wir Ihnen einen Gutschein für einen Besuch im Spaßbad „Tropicana“.

RainerSturm_pixelio

Von Marrakesch bis Madagaskar

Ein kulinarischer Ausflug in die Wunderwelt der Gewürze

Im Mittelalter wurden viele Gewürze mit Gold aufgewogen, wurden Kriege um ihren Besitz geführt. Heute stehen Pfeffer, Nelken, Zimt, Kardamon oder Kreuzkümmel wie selbstverständlich in unseren Gewürzregalen. Doch bei ihrer Verwendung sind wir häufig unsicher oder zurückhaltend. Schade, denn so entgehen uns viele Geschmackserlebnisse. Im Kurs werden wir aromatische Gerichte aus der Gewürzküche von der Vorspeise bis zum Dessert kennenlernen. Einen Schwerpunkt bilden dabei die Küchen Nordafrikas und des Orients. Doch keine Angst: Unsere Rezepte sind vollkommen alltagstauglich. Es gibt Tipps zum Kauf, zur Verwendung und Aufbewahrung von Gewürzen, auch einige Gewürzmischungen, zum Beispiel für Fisch oder Gemüse, wollen wir selbst herstellen. Es entstehen Materialkosten in Höhe von ca. 18,00 EUR.
Bitte mitbringen: Kleine Gefäße für Kostproben.
Rinteln, Hildburgschule, Standort Ostertorstr. 23
Karsten Klaus
Sa, 14.03., 10.00 - 16.45 Uhr
29,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 02.03.
KursNr: 924312

Mandeln, Mojos, Meeresfrüchte

Spanische Inselküche

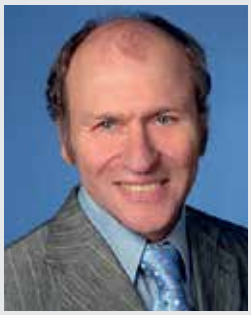
Mallorca, Menorca, Teneriffa oder La Palma gehören zu unseren beliebtesten Urlaubszielen. Doch mancher, der nur eine Pauschalreise bucht, kommt gar nicht in den Genuss der typischen Inselküchen. Dabei haben die sehr viel zu bieten: Leckere Mandelkuchen und -soßen, frische Meeresfrüchte, würziges Lamm oder pikante Mojos (kanarische Würzsoßen) zu Runzelkartoffeln. Im Kurs sollen Urlaubserinnerungen geweckt und neue Anregungen gegeben werden. Gekocht werden Gerichte von der Vorspeise bis zum Dessert. Außerdem werden typische Zutaten vorgestellt. Zum Menü darf schließlich der passende Inselwein nicht fehlen.
Neben der Kursgebühr ist mit Materialkosten in Höhe von ca. 18,00 EUR zu rechnen.
Bitte mitbringen: Kleine Gefäße für Kostproben für Zuhause.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Karsten Klaus
Sa, 18.04., 10.00 - 17.30 Uhr
31,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 08.04.
KursNr: 924115

Antipasti, Tapas, Mezeler

Kleine Vorspeisen – ganz groß

Antipasti, Tapas, Mezeler – die leckeren kleinen Appetithäppchen aus Italien, Spanien oder der Türkei wecken Urlaubserinnerungen. Die Vorspeisen aus den Mittelmeerländern haben eines gemeinsam: sie stehen für eine leichte, frische, aromatische Küche, die perfekt in den Sommer passt. Und sie sind meist erstaunlich einfach zuzubereiten und unerhört vielseitig. Ob geselliger Brunch, leichtes Menü oder Snack - mit einer Kombination leckerer südländischer Vorspeisen liegen Sie fast immer richtig. Im Kurs werden typische Vorgerichte aus den Mittelmeerländern vorgestellt, die sich vielseitig kombinieren, gut vorbereiten und meist schnell zubereiten lassen.
Neben der Kursgebühr ist mit Materialkosten in Höhe von ca. 18,00 EUR zu rechnen.
Bitte mitbringen: Kleine Gefäße für Kostproben für Zuhause.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Karsten Klaus
Sa, 20.06., 10.00 - 17.30 Uhr
31,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 10.06.
KursNr: 924215

Programmbereich Sprachen



Ihr Ansprechpartner
in der VHS Schaumburg:

Dr. Udo G. Ziert
Telefon: 05721 787119
ziert@vhs-schaumburg.de

VHS: In der Welt zu Hause

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens.

Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachenpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen.

Sprachkenntnisse gelten als Schlüssel der Integration. Sie sind notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Integration zu befördern ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule.

Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.

Themen im Propgrammbereich

- Sprachliche Grundbildung/Alphabetisierung
- Integrationskurse (BAMF / ESF)
- Deutsch als Fremdsprache/Deutsch als Zweitsprache
- Sprachprüfungen
- Sondersprachen
- Fremdsprachen
- Gebärdensprache

Das VHS-Sprachenprogramm

Die Volkshochschulen haben langjährige Erfahrung als führende Anbieter von Sprachunterricht für Erwachsene, Kinder und Jugendliche. Die VHS-Sprachkurse sind Teil eines umfassenden Weiterbildungssystems, hinter dem ein hohes Maß an Kompetenz im Bereich der Erwachsenenbildung und außerschulischen Jugendbildung steht.
Wer sich entschließt, eine Fremdsprache zu lernen, hat besondere persönliche oder berufliche Gründe und möglicherweise ganz bestimmte Ziele vor Augen. Entsprechend vielfältig ist das Sprachkurs-Angebot der VHS gestaltet.
Das Standard-Programm in den verschiedenen Sprachen wird ergänzt durch spezielle Kurse z.B. Intensivkurse, Bildungsurlaube, Auffrischungskurse, Aufbau- und Konversationskurse, berufsbezogenes Sprachtraining sowie prüfungsvorbereitende Kurse. Die VHS-Sprachkursleiter/innen sind Fachkräfte mit reichhaltiger Erfahrung in der Erwachsenenbildung, die regelmäßig durch Teilnahme an Fortbildungsveranstaltungen ihre pädagogischen und didaktischmethodischen Kenntnisse erweitern und auf den neuesten Stand bringen.

Fremde Sprachen – eigene Methoden

Unsere VHS-Sprachkurse werden nach modernen sprachpädagogischen Grundsätzen gestaltet. So erleben Sie als Lernende von Anfang an authentische, alltägliche Gesprächssituationen. Vorrangige Ziele des VHS-Sprachunterrichts sind Hörverstehen und Sprechfähigkeit, denn diese beiden Fertigkeiten sind am meisten gefragt, wenn man sich in einem fremden Land oder im Kontakt mit ausländischen Gesprächspartnern zurechtfinden will. Ergänzend dazu werden die Fertigkeiten Lesen und Schreiben geübt und vertieft.
Wer in seiner Freizeit eine Sprache lernt, möchte auch in leistungsorientierten Kursen ohne Stress ans Ziel gelangen. In den VHS-Sprachkursen herrscht eine lernfördernde, entspannte Atmosphäre, in der auch Fehler erlaubt sind. Das Lernen in der Gruppe, im Dialog mit anderen Teilnehmer/innen, hat in den VHS-Sprachkursen einen besonders hohen Stellenwert. Lehrbücher und Lehrmaterialien sind hierauf abgestimmt.
Wechselnde Arbeitsformen im Kurs sowie Hinweise und Tipps zum erfolgreichen Sprachenlernen ermöglichen Ihnen, Ihren individuellen Lernstil zu finden.

Fachliche Beratung im persönlichen Gespräch

Der Fachbereich Sprachen bietet einen kostenlosen Informations- und Beratungsservice an, den wir dringend empfehlen, um Fehlbelegungen weitestgehend zu vermeiden. Dieser findet immer zu Semesterbeginn statt, in der Regel Anfang September und Anfang Februar eines jeden Jahres.
Erfahrene Mitarbeiter/innen klären mit Ihnen in einem individuellen Gespräch, welcher Kurs bei Ihren Zielen und Wünschen und Ihrem Kenntnisstand geeignet ist. Das Semesterprogramm bietet Ihnen dafür eine erste Orientierungshilfe.
Wenn Sie schon Vorkenntnisse in einer Sprache haben, sollten Sie unbedingt zur Einstufungsberatung kommen. Mithilfe eines kurzen, schriftlichen Einstufungstests und/oder eines individuellen Beratungsgesprächs finden Sie gezielt den passenden Kurs. Bitte richten Sie sich darauf ein, dass Sie ca. 45 Minuten für den schriftlichen Einstufungstest benötigen und kommen Sie entsprechend frühzeitig zur Beratung.

Internationale Prüfungen im VHS-Sprachenprogramm

Die VHS Schaumburg bereitet auf eine Reihe international und weltweit anerkannter Prüfungen vor (z.B. Zertifikate des Goethe-Instituts, der University of Cambridge, des Instituto Cervantes sowie des Französischen Erziehungsministeriums). Darüber hinaus verfügt sie als Mitglied der International Certificate Conference (ICC) über ein vhs-eigenes Prüfungssystem im Fachbereich Sprachen.

Die von der Volkshochschule Schaumburg angebotenen Sprachkurse in den Sprachen
- Deutsch als Fremdsprache,
- Englisch,
- Französisch,
- Spanisch und
- Italienisch

bereiten Sie auf die Zertifikatsprüfungen der verschiedenen Niveaustufen vor, die nach einheitlichen Richtlinien in Europa nach den Richtlinien des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen durchgeführt werden. Nach bestandener Prüfung erhalten Sie das Europäische Sprachenzertifikat des Deutschen Volkshochschulverbandes/der Internationalen Zertifikatskonferenz (The European Language Certificates – TELC).

Die Sprachenzertifikate

- ermöglichen, auf ein konkretes Lernziel hinzuarbeiten
- bescheinigen Ihnen, dass Sie sich in allen wichtigen Situationen des täglichen Lebens in der Fremdsprache mündlich und schriftlich behaupten können
- finden in zunehmenden Maße Anerkennung in Wirtschaft und Verwaltung und erhöhen als zusätzliche Qualifikation die Chancen im Beruf

Informationen zu Schüler/innenprüfungen:

Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05751 890214
unger-knippschild@
vhs-schaumburg.de

Deutsch Lesen, Schreiben und Rechnen von Anfang an

In Zusammenarbeit mit der PLSW

Diese Kurse der Volkshochschule Schaumburg richten sich ausschließlich an die Beschäftigten der Werkstatt für Menschen mit Behinderung. Sie werden seit Jahren gemeinsam mit der PLSW organisiert und in deren Räumen durchgeführt. Ausgehend von den Interessen, Wünschen und Notwendigkeiten der Teilnehmenden werden die Fähigkeiten und Fertigkeiten in den Bereichen Lesen, Schreiben und Rechnen ausgebaut und gefestigt. Sie sind Grundlage für die weitere Verselbstständigung am Arbeitsplatz und im Privatleben und dienen der weiteren Integration von Menschen mit Behinderung in unsere Gesellschaft.
Dozentinnen: Kristina Lange, Gisela Rofalski, Isabelle Rohrbach, Roswitha Reschke
Unterrichtszeiten: 17.02. bis 31.07. (außerhalb gesetzl. Ferienzeiten)
Stadthagen,
Di, 17.02., 08.00-09.30 Uhr
Stadthagen,
Di, 17.02., 09.30-11.00 Uhr
Rinteln,
Di, 17.02., 12.45-15.00 Uhr
Obernkirchen,
Mi, 18.02., 13.30-15.00 Uhr
Stadthagen,
Do, 19.02., 08.00-09.30 Uhr
Stadthagen,
Do, 19.02., 09.30-11.00 Uhr
Stadthagen,
Do, 19.02., 11.00-12.30 Uhr
KursNr: 794115

Lesen und Schreiben lernen

Für Anfänger/innen

Der Kurs ist für ausländische Mitbürger/innen gedacht, die auch in ihrer Muttersprache keine oder nur geringfügige Kenntnisse des Alphabets besitzen und das Schreiben und Lesen erlernen möchten.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kateryna Schöttelndreier
Mo / Mi, 16.02. - 04.05.,
9.00 - 11.30 Uhr, 18 Vormittage
29,70 EUR
Gebühr bereits ermäßigt
KursNr: 794815

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kateryna Schöttelndreier
Mo / Mi, 11.05. - 13.07.,
9.00 - 11.30 Uhr, 18 Vormittage
29,70 EUR
Gebühr bereits ermäßigt
KursNr: 794915

Lesen und Schreiben für funktionale Analphabeten

Der Kurs ist für Teilnehmende gedacht, die in ihrer Muttersprache über nicht hinreichende Kenntnisse des Alphabets verfügen und ihre Lese- und Schreibkenntnisse erweitern möchten. Wir bitten unbedingt an einer Einstufungsberatung teilzunehmen. Ein Termin dafür kann jederzeit mit uns vereinbart werden.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kateryna Schöttelndreier
Mo / Mi, 16.02. - 04.05.,
12.30 - 15.00 Uhr, 18 Nachmittage
29,70 EUR
Gebühr bereits ermäßigt
KursNr: 794615

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kateryna Schöttelndreier
Mo / Mi, 11.05. - 13.07.,
12.30 - 15.00 Uhr, 18 Nachmittage
29,70 EUR
Gebühr bereits ermäßigt
KursNr: 794715

Übergangskurs DaF 1

Der Kurs ist für ausländische Mitbürger/innen, die das Lesen und Schreiben weitgehend beherrschen und den Einstieg in das reguläre Erlernen der deutschen Sprache suchen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
N.N.
Di / Fr, 17.02. - 08.05.,
08.30 - 11.00 Uhr, 18 Vormittage
29,70 EUR
Gebühr bereits ermäßigt
KursNr: 794815

Übergangskurs DaF 2

Der Kurs setzt die Lernbemühungen des Übergangskurses 1 fort.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
N.N.
Di, 12.05., 08.30 - 11.00 Uhr,
18 Vormittage
29,70 EUR
Gebühr bereits ermäßigt
KursNr: 795115

Integrationslotsen – Elternlotsen im Landkreis Schaumburg

Wir Integrations- und Elternlotsen sind Frauen und Männer aus verschiedenen Ländern, die ehrenamtlich Zuwanderer bei ihrer Integration im Landkreis Schaumburg unterstützen und ihnen helfen, die unterschiedlichsten Aufgaben zu meistern.

Wir sind für diese Aufgaben geschult worden und haben uns Wissen über
- das Phänomen des Fremdseins
- unterschiedliche Kulturen
- Kommunikationsformen und Konfliktlösungsstrategien
- gesetzliche Bestimmungen angeeignet.

Unsere Angebote:
- Hilfestellung bei sprachlichen, vorschulischen/schulischen, beruflichen und alltäglichen Problemen
- Mitwirkung bei Projekten in Kindergarten/ Schule und anderen Institutionen
- Hausaufgabenhilfe
- Einzelfallbegleitung
- Orientierungshilfe
- Kontaktaufnahme zu Behörden / Institutionen
- Konfliktvermittlung

Wir sprechen
– Deutsch – Albanisch – Koreanisch
– Russisch – Türkisch – Kurdisch
– Französisch – Spanisch – Polnisch
– Serbisch – Englisch – Persisch
– Kroatisch – Bosnisch – Tschechisch
– Litauisch

„Auf meinem Weg in diesem Land hat es viele Steine gegeben. Ich bin nicht darüber gestolpert, sondern habe sie aufgehoben und mitgenommen, damit ich jetzt für die, die nach mir kommen, Brücken bauen kann.“
(Zitat einer Lotsin)
Wir haben aber nicht die Möglichkeit, Arbeitssuchenden Arbeit zu beschaffen oder Menschen ein dauerhaftes Bleiberecht zu ermöglichen.

Was sagt mir der „Gemeinsame Europäische Referenzrahmen (GER)“ für das Fremdsprachenlernen? Und wie hilft er mir, den richtigen Sprachkurs zu finden?

Der Europarat hat einen Referenzrahmen ausgearbeitet, der es Fremdsprachenlernern erleichtern soll, ihre aktuelle Sprachkompetenz festzustellen. Somit lassen sich die Könnensstufen bei Lernenden besser vergleichen. Damit wird es Ihnen zukünftig deutlicher und greifbarer, wo Sie sich in Ihrem Lernprozess gerade befinden und auch für Beratende ist es eine Hilfe, Ihnen gemäß Ihrem Könnenstand den entsprechenden Kurs zu empfehlen.

Die Ersteinschätzung kann durch einen schriftlichen Test und ein mündliches Gespräch abgerundet werden. Dadurch können Fehlbelegungen bei Sprachkursen weitestgehend vermieden werden.

Die Niveaustufen im Fremdsprachenunterricht nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen

Nach Abschluss der Kurse der entsprechenden Niveaustufe können Sie...

	Hören	Sprechen	Lesen	Schreiben
A1	...einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen	...sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen	...einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern und Plakaten	...Formulare ausfüllen
A2	...einfache Alltagsgespräche und das Wesentlich von kurzen Mitteilungen verstehen	...kurze, einfache Gespräche in Situationen des Altags führen	...kurze, einfache Texte, z.B. Anzeigen, Speisekarten verstehen	...kurze Notizen und Mitteilungen abfassen
B1	...das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird	...in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedegeben	...Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen	...persönliche Briefe schreiben
B2	...im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird	...sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und eigene Ansichten vertreten	...Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen	...detaillierte Texte, z.B. Aufsätze oder Berichte schreiben
C1	...Unterhaltungen sowie Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen	...sich spontan in den meisten Situationen flißend ausdrücken	...komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen	...sich schriftlich klar und gut strukturiert ausrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben
C2	...ohne Schwierigkeiten die gesprochene Sprache verstehen	...sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen	...jede Art geschriebenen Textes mühelos lesen	...anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken

TIPP

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen
Mehr Informationen finden Sie auf unserer Website www.vhs-schaumburg.de unter der Rubrik Referenzrahmen.

In eigener Sache

Gesucht werden nebenberufliche Kursleiterinnen und Kursleiter für die Unterrichtsorte Stadthagen, Bückeburg und Rinteln:

- Italienisch
- Französisch
- Alphabetisierung / Grundbildung
- Deutsch als Fremdsprache/ Deutsch als Zweitsprache
- Englisch / Wirtschaftsenglisch
- Spanisch
- sonstige Fremdsprachen

Vorausgesetzt werden fundierte Kenntnisse der Fremdsprache (Muttersprache und/oder Studium) sowie eigene Unterrichtserfahrung. Wichtig ist die Befähigung, die Zielsprache nach modernen methodisch-didaktischen Gesichtspunkten vermitteln zu können, und die Bereitschaft, sich auf die Bedürfnisse und das Lernverhalten Erwachsener einzustellen.
Wenn Sie Interesse haben, dann rufen Sie uns einfach an und vereinbaren einen Gesprächstermin!
Montag und Freitag, 10.00 - 12.00 Uhr, Donnerstag, 15.00 - 18.00 Uhr,
Tel. 05721 797119.

Integrationskurse

Das Zuwanderungsgesetz vom 01.01.2005 sieht vor, dass die meisten Ausländerinnen und Ausländer, die dauerhaft in Deutschland leben werden, einen Anspruch bzw. eine Verpflichtung zur Teilnahme an Integrationskursen haben. Den Berechtigungsschein für diese Kurse erhalten Sie bei der Ausländerbehörde, dem Jobcenter oder beim BAMF (Bundesamt für Migration und Flüchtlinge). Sie können auch als Selbstzahlende an diesen Kursen teilnehmen.
Die Kurse werden als Vollzeitkurse durchgeführt, d. h. mindestens 20 Unterrichtseinheiten pro Woche am Vormittag.

Ein Integrationskurs besteht aus dem Sprachkurs und dem Orientierungskurs. Im Sprachkurs lernen Sie die deutsche Sprache so, dass Sie sich ausreichend verständigen können, im Orientierungskurs erfahren Sie, welche historischen, kulturellen und gesellschaftlichen Regeln und Besonderheiten es in Deutschland gibt. Beide Kurse schließen mit einer Prüfung ab, der Sprachkurs mit dem Deutschtest für Zuwanderer und der Orientierungskurs mit dem Orientierungskurstest. Vor Kursbeginn werden Sie zu einem Einstufungstest eingeladen, in dem der richtige Kurs für Sie ermittelt wird. Die VHS Schaumburg bietet verschiedene Kursarten an, um Ihre Integration zu unterstützen.

Integrationskurs
Der „normale“ Integrationskurs besteht aus sechs Abschnitten zu je 100 Unterrichtseinheiten, in denen die deutsche Sprache gelernt wird.
Der Kurs teilt sich auf in einen Basiskurs mit drei Abschnitten mit je 100 Unterrichtseinheiten und einen Aufbaukurs mit ebenfalls drei Abschnitten mit je 100 Unterrichtseinheiten. Der Sprachkurs schließt nach sechs Abschnitten mit dem Deutschtest für Zuwanderer ab. Das Ziel dieser Sprachprüfung ist das Niveau B1.

Alphabetisierungskurs
Der Alphabetisierungskurs richtet sich an Migranten/innen, die das lateinische Alphabet nicht oder nicht ausreichend lesen und schreiben können. Das kann bei Menschen ohne ausreichende Möglichkeit des Schulbesuchs der Fall sein oder bei Menschen, die aus einer anderen Schriftsprachkultur kommen (z. B. Asien oder arabischsprachige Länder).
Der Alphabetisierungskurs besteht aus drei Teilen mit drei Abschnitten mit je 100 Unterrichtseinheiten. Der erste Abschnitt dient der Basisalphabetisierung, dann schließen der Aufbaukurs A und der Aufbaukurs B mit jeweils drei Abschnitten an. Nach diesen 900 Unterrichtseinheiten schließt der Alphabetisierungskurs mit dem Deutschtest für Zuwanderer ab.

Wiederholungskurs
Manchmal reicht der Unterricht im Alphabetisierungs- bzw. Integrationskurs nicht aus, um den Deutschtest für Zuwanderer zu bestehen. Wenn die Teilnehmer/innen regelmäßig am Unterricht teilgenommen haben, können sie einen Aufbaukurs besuchen, der noch einmal 300 Unterrichtseinheiten umfasst, und anschließend die Sprachprüfung wiederholen. Darum wird der Kurs Wiederholungskurs genannt.

Orientierungskurse
Nach allen Sprachkursen schließt der Orientierungskurs an. Er umfasst 60 Unterrichtseinheiten und es wird ebenfalls vollzeitig am Vormittag unterrichtet. Die Themenbereiche sind Politik in der Demokratie, Geschichte und Verantwortung sowie Mensch und Gesellschaft. Hier erfahren die Teilnehmenden Wissenswertes über das Leben in Deutschland, die demokratischen Grundwerte und über die Geschichte und Kultur. Der Abschluss des Orientierungskurses ist ein Test, der aus 33 Fragen aus den verschiedenen behandelten Themenbereichen besteht. Davon müssen mindestens 15 richtig beantwortet werden. Der Test kann wiederholt werden.

Besondere Kursangebote
Bei Bedarf können auch Kurse für besondere Zielgruppen angeboten werden.

Integrationskurs
Für Frauen
In diesem Kurs werden neben den sprachlichen Kompetenzen zusätzlich Inhalte über Kindergärten, Schulen und frauenspezifische Themen vermittelt. Der Kurs wird von einer Frau geleitet und im Verlauf des Kurses werden besondere Interessen der Teilnehmerinnen aufgegriffen und bearbeitet. Dieser Kurs besteht aus 900 Unterrichtseinheiten für den Spracherwerbsteil und 60 Unterrichtseinheiten für den Orientierungskurs. Der Frauenkurs schließt auch mit den beiden Prüfungen Deutschtest für Zuwanderer und Orientierungskurstest ab.

Integrationskurs
Für Eltern
Der Integrationskurs für Eltern dient der Vermittlung der deutschen Sprache und dem Orientierungswissen über Deutschland. Zusätzlich werden intensiv Fragen der Erziehung im Zusammenhang mit Kindergarten und Schule besprochen, das deutsche Bildungssystem wird vorgestellt und die Lehrkräfte der Kinder kommen in den Kurs. Dieser Kurs besteht aus 900 Unterrichtseinheiten Sprachkurs und 60 Unterrichtseinheiten Orientierungskurs, er schließt mit dem Deutschtest für Zuwanderer und dem Orientierungskurstest ab.

Erkundigen Sie sich nach dem nächsten Kursbeginn. Auch Fragen zur Antragstellung und Teilnahme beantworten wir gerne.

Bitte wenden Sie sich an:
Cornelia Stolzenberg
Projektleitung Integration/BAMF
Telefon: 05721 787114
stolzenberg@vhs-schaumburg.de

Einbürgerungstest

Ab dem 1. September 2008 müssen Einbürgerungswillige in Deutschland einen bundeseinheitlichen Einbürgerungstest bestehen. Im Hinblick auf inhaltliche Kenntnisse „kultureller, politischer und historischer“ Art tritt eine entsprechende Änderung des Staatsangehörigkeitsgesetzes in Kraft. Danach wird es zu einer zusätzlichen Voraussetzung für den Einbürgerungsanspruch, dass der Antragstellende „über Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland verfügt“.
Der Test besteht aus 33 Multiple-Choice-Fragen, von denen mindestens 17 richtig beantwortet werden müssen. Die Fragen werden aus einem Katalog von über 300 Fragen ausgewählt. Bei jeder Frage werden vier Antwortmöglichkeiten vorgegeben. Der Test ist mit 25,00 Euro Gebühren belegt und kann beliebig oft wiederholt werden.

Informationen zum Einbürgerungstest im Landkreis Schaumburg bei
Cornelia Stolzenberg
Telefon: 05721 787114

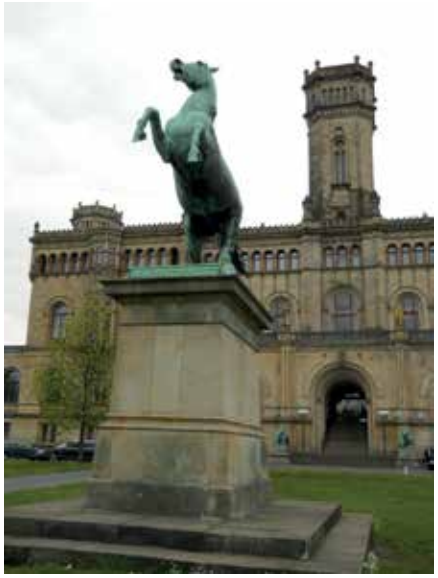
Einstufungsberatung

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dozententeam
Mo, 09.02., 16.00 - 18.15 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 727015

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Dozententeam
Mi, 11.02., 16.00 - 18.15 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 727012

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A/C
Dozententeam
Do, 12.02., 16.00 - 18.15 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 726002

Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Petra Rahde
Fr, 13.02., 10.00 - 12.15 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 726008



VHS Schaumburg

Prüfung Einbürgerungstest

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Künzel/Gabriela Bollmann
Sa, 14.03., 10.00 - 11.00 Uhr
25,00 EUR
Anmeldeschluss: 14.02.
KursNr: 715015

Prüfung Einbürgerungstest

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Künzel/Gabriela Bollmann
Sa, 20.06., 10.00 - 11.00 Uhr
25,00 EUR
Anmeldeschluss: 19.05.
KursNr: 715115

Sprachfeststellungstest mündlich A1/A2 (GERR)

Eine telefonische Anmeldung zu einem der Termine ist erforderlich unter 05721 787123. Bitte bringen Sie zum Test Ihren Pass und die Gebühr in Höhe von 20,00 EUR mit.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A/C
Gabriela Bollmann
Do, 09.04., 17.00 – 17.45 Uhr
Do, 04.06., 17.00 – 17.45 Uhr
20,00 EUR
KursNr: 715002

Lehrwerke „Deutsch als Fremdsprache“

Schritte Plus, Hueber Verlag
Band 1, (A1/1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 011911-0
Band 2, (A1/2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 011912-7
Band 3, (A2/1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 011913-4
Band 4, (A2/2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 011914-1
Band 5, (B1/1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 011915-8
Band 6, (B1/2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 011916-5

Sicher!, Hueber Verlag
Sicher! B1+
Kursbuch, Best-Nr. 001206-0
Arbeitsbuch, Best-Nr.011206-7
Sicher! B2
Kursbuch, Best-Nr. 001207-7
Arbeitsbuch, Best-Nr.011207-4
Sicher! C1
Kursbuch, Best-Nr. i. Vorb.
Arbeitsbuch, Best-Nr. i. Vorb.

Berliner Platz,
Langenscheidt bei Klett,
Band 1 Neu (A1), Lehr- und Arbeitsbuch,
Best-Nr. 606025-7
Band 2 Neu (A2), Lehr- und Arbeitsbuch,
Best-Nr. 606039-4
Band 3 Neu (B1), Lehr- und Arbeitsbuch,
Best-Nr. 606056-1

Orientierungskurs

60 Stunden Deutschland, Klett-Verlag
Best-Nr. 675228-2
Alltag in Deutschland, Klett Verlag
Best-Nr. 675795-9
Zur Orientierung, Hueber-Verlag
Best-Nr. 001499-6

Deutsch Grundstufe ohne Vorkenntnisse (A1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ceyda Karacan
Mo, 16.02., 18.00 - 20.15 Uhr,
15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 714115

Deutsch Grundstufe ohne/mit geringen Vorkenntnisse/n (A1)

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Heinz Hering
Mi, 18.02., 18.00 - 20.15 Uhr,
15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 714112

Deutsch Grundstufe mit geringen Vorkenntnissen (A1/A2)

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Bettina Wenthe/Natalia Siner
Do, 19.02., 18.00 - 20.15 Uhr,
15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 714202

Deutsch Grundstufe mit Vorkenntnissen (A1+/A2)

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Heinz Hering
Di, 17.02., 18.00 - 20.15 Uhr,
15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 714212

Deutsch Grundstufe mit Vorkenntnissen (A1+/A2)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ceyda Karacan
Do, 19.02., 18.00 - 20.15 Uhr,
15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 714215

Deutsch Intensiv Mittelstufe (A2+/B1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Heinke Binder
Mo, 16.02., 09.00 - 12.15 Uhr,
20 Vormittage
162,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 714315

Deutsch Intensiv Mittelstufe (A2+/B1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Heinke Binder
Mo, 04.05., 09.00 - 12.15 Uhr,
20 Vormittage
162,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 714415

Deutsch Grundstufe mit erweiterten Vorkenntnissen (B1/B1+)

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Zuzanna Skibicka
Do, 19.02., 18.00 - 20.15 Uhr,
15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 714302

Deutsch Mittelstufe (B1/B2)

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Sigrid Hering
Di, 17.02., 18.00 - 20.15 Uhr,
15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 714312

Deutsch Aufbaustufe (B2/C1)

Konversation und Grammatik
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Sigrid Hering
Mi, 18.02., 18.00 - 20.15 Uhr,
15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 714412

Einstufungsberatung für Fremdsprachen

Sie erhalten bei uns die Gelegenheit sich vor Semesterbeginn über den eigenen aktuellen Könnensstand Gewissheit zu verschaffen. Wir bieten (für die Sprachen Englisch, Französisch, Spanisch und Italienisch) eine spezielle Einstufungsberatung an.

Möglicherweise haben Sie vor geraumer Zeit eine Fremdsprache erlernt, sei es in der Schule oder in einem Sprachkurs. Sie haben sich vorgenommen, Ihre Kenntnisse und Fertigkeiten aufzufrischen oder zu erweitern. Dabei ist es zunächst einmal unerheblich, ob Sie dies aus persönlichen oder beruflichen Gründen tun wollen. Die VHS Schaumburg bietet Ihnen die Gelegenheit, Ihren aktuellen Sprachstand mit Hilfe eines Einstufungstests zu ermitteln. Damit möchten wir Sie dabei unterstützen, einen für Sie geeigneten Sprachkurs zu finden. Das Testergebnis wird unmittelbar vor Ort ausgewertet und dient als Grundlage für eine individuelle Beratung. Nehmen Sie bitte diese kostenlose Möglichkeit in Anspruch, damit Sie von Beginn an im richtigen Kurs lernen.
Dies ist eine wichtige Voraussetzung für Ihren persönlichen Lernerfolg.

VHS Schaumburg

VHS Schaumburg

Deutsch Hochschuleingangsprüfung (DSH) / Kleines Deutsches Sprachdiplom / Oberstufen-Zertifikat (Goethe-Institut)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Slavica Tebbe
Mo, 16.02., 18.00 - 21.15 Uhr,
15 Abende
122,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 714815

Diskussionsforum Deutsch

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Zuzanna Skibicka
Fr, 20.02., 18.00 - 20.15 Uhr,
10 Abende
62,00 EUR
KursNr: 714915

TIPP
Anmeldung
Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Deutsch Schreibwerkstatt (B1+/B2)

Dieser Kurs lädt ausländische Mitbürger/innen ein, die ihr Schriftbild im Deutschen verbessern und ihre Grammatikkenntnisse vertiefen möchten. Sie haben erweiterte Deutschkenntnisse und möchten diese auch verstärkt schriftlich im Privaten und Beruflichen anwenden? In diesem Kurs gehen wir auf Rechtschreibung, Ausdruck und Grammatik ein, anhand von E-Mails, Briefen, kurzen Berichten, Protokollen u. s. w.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Barbara Krause
Mi, 18.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
12 Abende
50,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 714715

Deutsch für Pflegekräfte

Dieser Kurs richtet sich an Kräfte in der Alten- und Krankenpflege. Sie werden sowohl die Kommunikation mit Patienten/innen, Kollegen/innen und Angehörigen trainieren als auch das qualifizierte Verfassen von Berichten. Hierzu verwenden wir das notwendige Fachvokabular und festigen grammatische Strukturen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Barbara Krause
Mi, 18.02., 19.45 - 21.15 Uhr, 12 Abende
50,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 715315

Sütterlinschrift lesen und schreiben

Hatten Sie auch schon einmal das Problem, ein Dokument mit einer alten Handschrift nicht lesen zu können? Einträge in Personenstandsunterlagen bei der Ahnensuche, Notizen in alten Kochbüchern mit Großmutters besonders leckeren Rezepten oder Briefe aus dem Nachlass vom Großvater – es bleibt ein Rätsel. Wer sich mit alten Schriftstücken wie (Feldpost-) Briefen, Poesiealben etc. beschäftigt, stößt immer wieder auf Schriftzeichen, die nur schwer zu entziffern sind. Meistens handelt es sich dabei um sogenannte Deutsche Schriften. Eine ist unter dem Namen Sütterlinschrift, benannt nach dem Berliner Grafiker L. Sütterlin, besonders bekannt geworden. In diesem Kurs können Sie das Lesen und Schreiben solcher Schriften (wieder-)erlernen, indem wir alte Dokumente in der Gruppe gemeinsam lesen und die Schriftzeichen schreiben lernen. Zu Übungszwecken sind eigene Schriftstücke zum Lesen lernen im Kurs erwünscht.
Bitte mitbringen: Schreibheft Nr. 2, Bleistift, Radiergummi und Anspitzer.
Für Zusatzmaterial entstehen Kosten in Höhe von 2,00 Euro.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Edith Hempelt
Fr / Sa, 20.03. - 18.04.,
16.00 - 11.45 Uhr, 4 Termine
37,00 EUR
ohne Materialkosten
KursNr: 714615

Plattdeutsch

Für Anfänger/innen

Wäi kürt platt
In Schaumburg wird heute noch „platt“ gesprochen. Es gibt Viele, die es verstehen aber nicht sprechen können. Der Kurs richtet sich an alle Interessierten, die Plattdeutsch lernen möchten, um es auch im Alltag anzuwenden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Es werden Vokabeln gelernt und Texte gelesen – kurz: wäi kürt platt!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Henning Dormann
Di, 10.03., 19.00 - 20.30 Uhr, 8 Abende
55,50 EUR
KursNr: 785915

Für Fortgeschrittene

Wäi kürt platt
In Schaumburg ist plattdeutsch heute noch lebendig und wird auch im Alltag noch verwendet. Viele Menschen verstehen es und sprechen es noch, wenn sie auf Gleichgesinnte treffen. Der Kurs soll allen „Plattdeutschen“ die Möglichkeit geben, sich auszutauschen, gemeinsam Texte zu lesen, Vokabeln zu vertiefen und weiterzugeben, und vielleicht doch noch „wat näiet te lirn!?“
Solide Grundkenntnisse sind unbedingt erforderlich!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Henning Dormann
Mi, 11.03., 19.00 - 20.30 Uhr, 4 Abende
28,00 EUR
KursNr: 785815

Sprachprüfungen für Schüler/innen

Die VHS Schaumburg nimmt als zertifiziertes Prüfungszentrum Sprachprüfungen ab, die sich speziell an Schüler/innen richten. Für die Sprache Französisch wird der eigens entwickelte Sprachtest DELF scolaire verwendet, während für Englisch und Spanisch telc LANGUAGE TESTS genutzt wird. Die jeweiligen Aufgabenstellungen orientieren sich an der Lebenswirklichkeit der Altersstufe. Die Zertifikate sind an den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) angepasst. Nach den bestandenen schriftlichen und mündlichen Prüfungen wird die Sprachfertigkeit (Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben) entsprechend dem Sprachniveau (A1/ A2/ B1/ B2) bescheinigt.

Delf scolaire: Französisch

Das international anerkannte Sprachdiplom DELF (Diplôme d'Etudes en Langue Française) überprüft u. a. Französischkenntnisse von Nicht-Muttersprachlern/innen und gliedert sich in unterschiedliche Niveaustufen.

Vorbereitung auf die Prüfungen

Die Prüfungsvorbereitung erfolgt in Form einer Arbeitsgemeinschaft an den Schulen der Prüflinge.

Anmeldung zu den Prüfungen

Die DELF scolaire Prüfung besteht aus einer mündlichen und einer schriftlichen Prüfung, zu denen eine Online-Anmeldung erfolgt. Die jeweiligen Schulen im Landkreis Schaumburg verfügen über die Zugangsdaten (Anmeldezeitraum vom 20.02. – 20.04.2015). Die VHS Schaumburg erhält nach Ablauf der Anmeldefrist die Liste der Prüflinge über das Institut Français und organisiert den weiteren Prüfungsverlauf.

Prüfungstermine

Der Termin der schriftlichen Prüfung ist bundeseinheitlich für Samstag, den 13.06.2015 festgelegt.
Die mündlichen Prüfungen finden in der Zeit von 01.06. - 04.07.2015 statt. Die jeweiligen Prüfungspläne werden den beteiligten Schulen zeitnah nach Ablauf der Anmeldefrist durch die VHS Schaumburg mitgeteilt.

Prüfungsort

Die mündlichen und schriftlichen Prüfungen werden in der VHS Schaumburg, Jahnstr. 21 A, 31655 Stadthagen abgelegt.

telc LANGUAGE TESTS: Englisch – Spanisch

Mit Hilfe des international anerkannten Zertifikates telc LANGUAGE TESTS kann im Rahmen von Sprachprüfungen für Schüler/innen die mündliche und schriftliche Sprachfertigkeit in Englisch und Spanisch überprüft und attestiert werden.

Vorbereitung auf die Prüfungen

Die Prüfungsvorbereitung erfolgt in Form einer Arbeitsgemeinschaft an den Schulen der Prüflinge.

Anmeldung zu den Prüfungen

Die telc-Prüfung besteht aus einem schriftlichen und mündlichen Teil. Schülergruppen können zu einer Prüfung in der VHS Schaumburg durch die AG-leitende Lehrkraft angemeldet werden.

Termin und Prüfungsort

Die Prüfungstermine werden mit einer achtwöchigen Meldefrist zum Ende des jeweiligen Schulhalbjahres entweder in den Schulen oder einer Geschäftsstelle der VHS Schaumburg in Stadthagen, Bückeburg oder Rinteln organisiert (Mindestteilnehmerzahl: 10 Prüflinge).
Sollten an einer Schule weniger als 10 Schüler/innen die Prüfungen ablegen wollen, kann auf Nachfrage ein gemeinsamer Prüfungstermin in Juni 2015 in der VHS Schaumburg, Klosterstr. 26, 31737 Rinteln angeboten werden.

Weitere Informationen:
Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05751 890214
unger-knippschild@vhs-schaumburg.de

Lehrwerke Englisch

English Unlimited, Klett Verlag
English Unlimited A1,
Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 539900-6
English Unlimited A2,
Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 539903-7
English Unlimited B1,
Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 539906-8
English Unlimited B1+,
Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 539915-0
English Unlimited B2,
Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 539909-9
English Unlimited C1,
Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 539912-9

Next, Hueber Verlag
Next A1, Student's Book Paket
Best-Nr. 002931-0
Next A2/1, Student's Book Paket
Best-Nr. 002932-7
Next A2/2, Student's Book Paket
Best-Nr. 002933-4
Next B1/1, Student's Book Paket
Best-Nr. 002934-1
Next B1/2, Student's Book Paket
Best-Nr. 002935-8

Refresher Brush Up, Hueber Verlag
Brush up A2, Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 002936-5
Brush up B1, Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. i. Vorb.

In Conversation, Klett Verlag
In Conversation I (B1/B2), Kursbuch
Best-Nr. 501555-5
In Conversation II (B1/B2), Kursbuch
Best-Nr. 501556-2
In Conversation B2/C1, Kursbuch
Best-Nr. 501555-5

Einstufungsberatung

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dozententeam
Mo, 09.02., 16.00 - 18.15 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 727015

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Dozententeam
Mi, 11.02., 16.00 - 18.15 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 727012

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A/C
Dozententeam
Do, 12.02., 16.00 - 18.15 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 726002

Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Petra Rahde
Fr, 13.02., 10.00 - 12.15 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 726008

VHS Schaumburg

BU

Englisch Auffrischung Grundstufe Bildungsurlaub (A2)

In diesem Kurs können Sie Ihre Grundkenntnisse auffrischen, sei es aus privaten und/oder beruflichen Gründen. Aufbauend auf ca. 4-5 Jahren Schulenglisch werden Grammatikkapitel wiederholt und der Wortschatz erweitert. Besondere Schwerpunkte sind das Sprechen auf Reisen und der Kontakt mit englisch sprechenden Personen in Beruf und Freizeit.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Vera Künzel-Kruse
Mo, 11.05., 09.00 - 16.15 Uhr, 1213/56
VA-Nr. 13-40303 v. 05.02.2013
Bildungsurlaub
101,00 EUR
English Refresher, Brush up A2
Anmeldeschluss: 04.05.
KursNr: 724102

BU

Englisch Auffrischung Mittelstufe Bildungsurlaub (B1)

Sie haben bereits einen Bildungsurlaubskurs A2 mitgemacht oder verfügen über die Grundlagen der englischen Sprache? Dann ist dieser Intensivkurs genau richtig: Konversationsfähigkeit steht weiterhin im Vordergrund, wobei Wortschatz und Grammatikkenntnisse erweitert werden.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Vera Künzel-Kruse
Mo, 15.06. bis Do, 18.06.
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr
Fr, 19.06., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
Enlish Refresher, Brush up B1
KursNr: 724202

BU

Business English Bildungsurlaub Grundkurs (A2/B1)

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Lerner/innen, die über 3 bis 4 Jahre Schulenglischkenntnisse verfügen und diese zu beruflich verwertbaren Kenntnissen ausweiten möchten. Dabei wird die Wiederholung von Basisgrammatik und Wortschatz mit berufsspezifischen Themen verknüpft: z. B. Telefonate führen, Terminvereinbarungen treffen, Korrespondenz, berufliche Konversation u. v. m.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Renate Schellhaus
Mo, 29.06. bis Do, 02.07.
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr
Fr, 03.07., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
146,00 EUR
Anmeldeschluss: 14.05.
KursNr: 725202

BU

Business English Bildungsurlaub Aufbaukurs (B1/B2)

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Teilnehmende, die ihre bereits erworbenen Grundfertigkeiten für den beruflichen Alltag vertiefen möchten. Themenbereiche: Telefonieren, Umgang mit Kunden, Präsentationen, Meetings sowie das Verfassen von E-Mails und Geschäftsbriefen.

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Renate Schellhaus
Mo, 13.07., bis Do. 16.07.
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr
Fr, 17.07., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
146,00 EUR
English for business communication
KursNr: 725302

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Renate Schellhaus
Mo, 02.02., bis Do, 05.02 .,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr,
Fr, 06.02., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
146,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.01.
KursNr: 724402

VHS Schaumburg

Englisch Grundstufe 1 (A1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Tracy Lee Wanke
Mi, 18.02., 10.00 - 12.15 Uhr,
10 Vormittage
84,50 EUR
English Unlimited, Band A1, Lektion 1
KursNr: 724115

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Angelika Hövermann
Do, 19.02., 10.30 - 12.00 Uhr,
15 Vormittage
57,00 EUR
Englisch Unlimited, Band 1, Lektion 1
KursNr: 725102

Englisch Grundstufe 1 (A2)

Englisch für unterwegs und sonstige Gelegenheiten
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ute Langner
Mo, 16.02., 18.30 - 20.00 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
English Unlimited A1, Lektion 1
KursNr: 724415

Englisch Grundstufe 2 (A1)

Englisch für unterwegs und sonstige Gelegenheiten
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Regina Frohms
Mi, 18.02., 19.45 - 21.15 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
English Unlimited, A1, Lektion 6
KursNr: 724412

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Tracy Lee Wanke
Mo, 16.02., 19.45 - 21.15 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
English Unlimited, Band A1, Lektion 4
KursNr: 724515

Englisch Grundstufe 3 (A1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Barbara Krause
Mo, 16.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
12 Abende
68,00 EUR
English Unlimited, A1, Lektion 7
KursNr: 724615

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Angelika Hövermann
Do, 19.02., 08.30 - 10.00 Uhr,
15 Vormittage
57,00 EUR
Englisch Unlimited, Band 1, Lektion 8
KursNr: 724502

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Debra Neher
Mi, 18.02., 10.00 - 11.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
English Unlimited, Band 1, Lektion 6
KursNr: 724112

Englisch Grundstufe 4 (A1)

Für Senioren/innen
Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Renate Schellhaus
Fr, 20.02., 09.30 - 11.00 Uhr,
12 Vormittage
68,00 EUR
Next A1, Lektion 8
KursNr: 724208

Für Senioren/innen
Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Monika Bouillon
Mi, 18.02., 11.15 - 12.45 Uhr,
12 Vormittage
68,00 EUR
Sterling Silver, Band 1, Lektion 22
KursNr: 724108

TIPP

Lehrbuch Sprachen
Bevor Sie das Lehrbuch für Ihren Sprachkurs kaufen, warten Sie bitte den ersten Kurstermin ab. Manchmal gibt es noch Änderungen.

Die Qualifikation unserer Kursleiter/innen

Unsere Kursleiter/innen im Fachbereich Sprachen besitzen eine fachlich und pädagogisch angemessene Qualifikation. Viele von Ihnen haben ein Sprachen- und/oder Pädagogikstudium erfolgreich abgeschlossen. Andere beherrschen als Muttersprachler/innen „von Haus aus“ die jeweilige Sprache. Unser besonderes Augenmerk liegt hier auf der Fähigkeit, den Lernenden die Fremdsprache in verständlicher Weise und mit angemessenen Methoden zu vermitteln.

Neue Kursleitende, die noch relativ wenig Unterrichtserfahrung haben, absolvieren einschlägige Einführungsseminare oder erhalten eine Basisqualifikation für Kursleitende. Wir erwarten von allen Kursleitenden, dass sie sich regelmäßig auf fachlicher wie auch pädagogischer Ebene weiterbilden.

Bei der Vermittlung von Fremdsprachen legen wir bei der Wahl der Lehrkräfte besonderes Augenmerk auf
- die Fähigkeit, Lernprozesse fachkundig begleiten zu können
- die Ziele des kommunikativen Fremdsprachenunterrichts verwirklichen zu wollen und, nicht zuletzt,
- Freude am (Miteinander-) Lernen vermitteln zu können.

Englisch Grundstufe 4 (A2)

Für Senioren/innen

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Barbara Köhler-Spiess
Mo, 16.02., 10.00 - 11.30 Uhr,
10 Vormittage
57,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben
KursNr: 724702

Englisch für unterwegs und sonstige Gelegenheiten

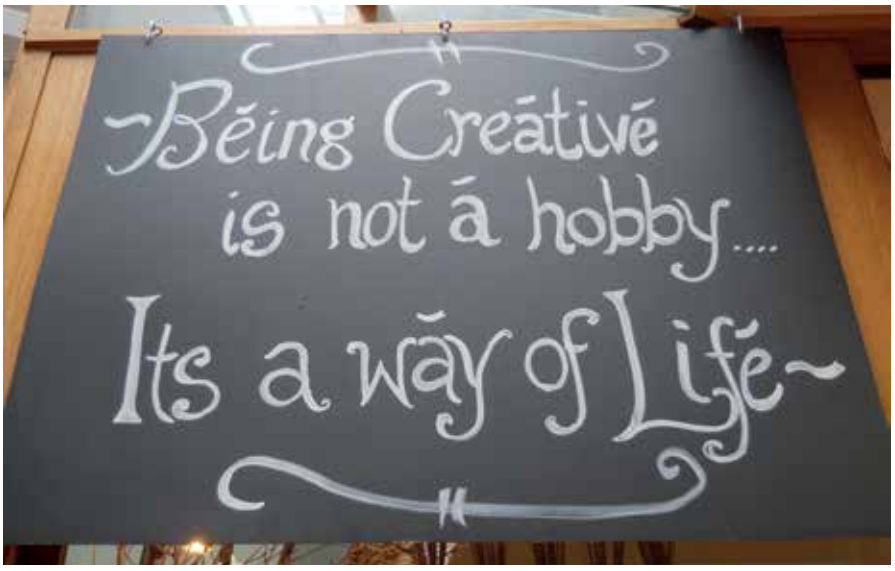
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Bettina Wenthe
Di, 17.02., 10.00 - 11.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben
KursNr: 724602

Englisch Grundstufe 5 (A2)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ute Langner
Mi, 18.02., 18.30 - 20.00 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Fairway 2, Lektion 9
KursNr: 724815

Für Senioren/innen

Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Monika Bouillon
Do, 19.02., 09.30 - 11.00 Uhr,
12 Vormittage
68,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekanntgegeben.
KursNr: 724308



VHS Schaumburg

Englisch Grundstufe 6 (A2)

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Regina Frohms
Mi, 18.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
English Unlimited, B 1, Lektion 1
KursNr: 724612

Für Senioren/innen

Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Renate Schellhaus
Di, 17.02., 10.00 - 11.30 Uhr,
12 Vormittage
68,00 EUR
Fairway 3, Lektion 3
KursNr: 724408

Für Senioren/innen

Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Monika Bouillon
Mi, 18.02., 09.30 - 11.00 Uhr,
12 Vormittage
68,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben
KursNr: 724508

Englisch Mittelstufe 2 (B1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Tracy Lee Wanke
Mo, 16.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Faiway 3, Lektion 9
KursNr: 725215

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Marianne Beddig
Fr, 20.02., 08.30 - 10.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Fairway 3
KursNr: 724215

Englisch Mittelstufe 3 (B1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ute Langner
Di, 17.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
English Unlimited, B1+, Lektion
KursNr: 725015

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ute Langner
Do, 19.02., 18.30 - 20.00 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
English Unlimited, B1+, Lektion
KursNr: 725115

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Edith Senne
Do, 19.02., 09.00 - 11.30 Uhr,
12 Vormittage
101,00 EUR
Key B1 (Cornelsen) Lektion 7
KursNr: 724315

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Regina Frohms
Do, 19.02., 09.00 - 10.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Fairway 3, Lektion 10
KursNr: 724212

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Regina Frohms
Do, 19.02., 10.45 - 12.15 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
English Unlimited, B1, Lektion
KursNr: 724312

Für Senioren/innen

Bad Nenndorf, Curanum Senioren-residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Renate Schellhaus
Mo, 16.02., 10.30 - 12.00 Uhr,
12 Vormittage
68,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 724608

Englisch Auffrischung (B1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Tracy Lee Wanke
Mi, 18.02., 18.00 - 20.30 Uhr,
10 Abende
84,50 EUR
English Unlimited, B1, Lektion 5
KursNr: 725415

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Edith Hempelt
Mo, 16.02., 10.00 - 11.30 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
English Unlimited B1+
KursNr: 725515

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Tracy Lee Wanke
Mi, 18.02., 19.45 - 21.15 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Fairway Refresher B1
KursNr: 725615

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Monika Kressin
Mo, 16.02., 08.15 - 09.45 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Ausgewählte Texte und Materialien
KursNr: 725315

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Monika Kressin
Do, 19.02., 08.15 - 09.45 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Ausgewählte Texte und Materialien
KursNr: 724902

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Monika Kressin
Do, 19.02., 10.00 - 11.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Ausgewählte Texte und Materialien
KursNr: 725002

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Debra Neher
Di, 17.02., 18.30 - 20.00 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 724812

Englisch Auffrischung (B1)

If you want to improve your basic knowledge of the English language, you are a new participant in this course! All topics ranging from magazine articles, daily news, easy readers, language games, grammar und general revision will be chosen according to the member`s wishes. We are looking forward to you!
Rodenberg, Schulzentrum, Suntalstr. 19
Petra Rahde
Di, 17.02., 10.00 - 12.15 Uhr,
12 Vormittage
101,00 EUR
KursNr: 724113

English Grammar & Speaking

Auffrischung Mittelstufe

If you want to improve your basic knowledge of the English language, you are a new participant in this course! All topics ranging from magazine articles, daily news, easy readers, language games, grammar und general revision will be chosen according to the member`s wishes. We are looking forward to you!
Bad Nenndorf, Curanum Senioren-residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Petra Rahde
Do, 19.02., 10.00 - 12.15 Uhr,
12 Vormittage
101,00 EUR
KursNr: 724808

English Conversation (A2/B1)

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Debra Neher
Fr, 20.02., 10.00 - 11.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
In Conversation
KursNr: 724912

English Conversation (B1/B2)

Anhand von Texten oder Vorlagen wollen wir uns thematisch und sprachlich unterhalten, wobei jede/r die Möglichkeit hat, seinen/ihren Beitrag einzubringen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Gillian Ririe
Mo, 16.02., 18.15 - 19.45 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Diverse Texte
KursNr: 725402

New Zealand Maori Arts and Crafts Institute
TE WHAKAREWAREWATANGAOTEOPETAUAAWAHIAO
(The gathering place for the war parties of Wahiao)
VHS Schaumburg

BU

Business English Bildungsurlaub Grundkurs (A2/B1)

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Lernende, die über drei bis vier Jahre Schulenglischkenntnisse verfügen und diese zu beruflich verwertbaren Kenntnissen ausweiten möchten. Dabei wird die Wiederholung von Basisgrammatik und Wortschatz mit berufsspezifischen Themen verknüpft: z. B. Telefonate führen, Terminvereinbarungen treffen, Korrespondenz, über Firmenprodukte sprechen, berufliche Konversation u. v. m.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Renate Schellhaus
Mo, 29.06. bis Do, 02.07.
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr
Fr, 03.07., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
146,00 EUR
Anmeldeschluss: 14.05.
KursNr: 725202

BU

Business English Bildungsurlaub Aufbaukurs (B1/B2)

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Teilnehmende, die ihre bereits erworbenen Grundfertigkeiten für den beruflichen Alltag vertiefen möchten. Themenbereiche: Telefonieren, Umgang mit Kunden, Präsentationen, Meetings sowie das Verfassen von E-Mails und Geschäftsbriefen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Renate Schellhaus
Mo, 13.07., bis Do. 16.07.
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr
Fr, 17.07., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
146,00 EUR
English for Business communication
KursNr: 725302

BU

Business English Bildungsurlaub Aufbaukurs (B1/B2)

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Teilnehmende, die ihre bereits erworbenen Grundfertigkeiten für den beruflichen Alltag vertiefen möchten. Themenbereiche: Telefonieren, Umgang mit Kunden, Präsentationen, Meetings sowie das Verfassen von E-Mails und Geschäftsbriefen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Renate Schellhaus
Mo, 02.02., bis Do, 05.02 .,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr,
Fr, 06.02., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
146,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.01.
KursNr: 724402

Englisch für Büroberufe, Teil 1 (B1/B2)

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die als Bürokaufleute oder Fremdsprachensekretär/innen tätig sind, aber noch wenig Erfahrung mit berufsbezogenem Englisch haben.
Es werden folgende Themen bearbeitet:

- Introducing yourself
- Taking care of visitors; small talk as an icebreaker
- The company and its products and services
- Clothing: dress code vs. casual look
- Telephoning: making and receiving calls
- Making arrangements: making appointments and more.

Solide Englischkenntnisse sind Voraussetzung.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Vera Künzel-Kruse
Di, 24.02., 18.00 - 21.15 Uhr,
5 Abende
122,00 EUR
English for Business Communication
Anmeldeschluss: 17.02.
KursNr: 726015

Gestaffelte Gebühren bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl

Die Mindestteilnehmerzahl bei den Sprachkursen beträgt sieben Personen. Nicht immer wird jedoch diese Zahl erreicht. Um die Durchführung eines Kurses auch bei einer geringeren Teilnehmerzahl zu ermöglichen, bietet die VHS Schaumburg ein flexibles System, mit jeweils an die vorliegende Situation angepasster Staffelung der Teilnehmergebühren, an. Die zu erhebenden Gebühren richten sich nach der tatsächlichen Gruppengröße und der Anzahl der Unterrichtsstunden des Kurses. Die Feststellung der tatsächlich zu entrichtenden Gebühren (bzw. die Anpassung der Anzahl der Unterrichtsstunden) erfolgt am zweiten Kurstermin.

	Standardkurse (Fremdsprachen außer Deutsch)					Berufsspezifische Kurse		
Unterrichtsstunden pro Kurs	12	16	24	30	36	30	36	45
6 Teilnehmer	50,00 €	66,00 €	98,00 €	122,00 €	146,00 €	128,00 €	153,20 €	191,00 €
5 Teilnehmer	59,60 €	78,80 €	117,20 €	146,00 €	174,80 €	152,00 €	182,00 €	227,00 €

Englisch für Büroberufe, Teil 2 (B1/B2)

Dieser Kurs baut auf den Kenntnissen des ersten Teils auf und erweitert das Themenspektrum um folgende Bereiche:

- Written communication: emails, faxes
- and letters as components of business correspondence
- Making enquiries, offers in writing and by phone, placing orders
- Transport and logistics
- Payment and reminders
- Marketing products and services

Solide Englischkenntnisse sind Voraussetzung.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Vera Künzel-Kunze
Di, 14.04., 18.00 - 21.15 Uhr,
5 Abende
122,00 EUR
English for Business Communication
Anmeldeschluss: 07.04.
KursNr: 726115

Fit für das Abitur

Vor einer Abschlussprüfung überkommt einen manchmal die Sorge, den erforderlichen Stoff nicht bewältigen zu können, was einen zusätzlich blockiert. Somit möchten wir an mehreren Tagen hintereinander Bereiche wie Hörverständnisübungen, Grammatik, Zusammenfassungen, aktuelle Themen, Diskussionen in Englisch und passendes Vokabular durchgehen. Auch wird Raum für weitere Fragen und Unklarheiten in der englischen Sprache sein, so dass der jeweilige Kurs an den Bedürfnissen der Teilnehmenden ausgerichtet wird.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Regina Frohms
Fr, 13.02., 20.02., 27.02.,
jeweils 16.00 - 19.15 Uhr
Sa, 14.02., 21.02., 28.02.,
jeweils 10.00 - 13.15 Uhr
68,00 EUR
Materialkosten ca. 3,00 Euro
Anmeldeschluss: 04.02.
KursNr: 725815

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Debra Neher/Kateryna Schöttelndreier
Mo, 30.03. bis Do, 02.04.,
jeweils 08.30 - 12.45 Uhr
57,00 EUR
Materialkosten ca. 3,00 Euro
Anmeldeschluss: 20.03.
KursNr: 725502

Lehrwerke Französisch

On y va!, Hueber Verlag
Band 1, (A1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 003325-6
Band 2, (A2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 003351-5
Band 3, (B1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 003354-6

BU

Französisch 1 Bildungsurlaub (A1)

Dieser Bildungsurlaub Französisch richtet sich an Teilnehmende, die einen intensiven Einstieg in die französische Sprache wünschen. Über den reinen Spracherwerb hinaus werden auch wissenswerte Informationen über Land, Leute und Kultur vermittelt und ausgetauscht. Alltagssituationen mit typischen fremdsprachlichen Äußerungen werden in spielerischer Weise erlernt und sprachlich gefestigt.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Aryel Maurino-Grützmann
Mo, 18.05., bis Do, 21.05.
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr,
Fr, 22.05., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
On y va!, Band 1, Lektion 1
Anmeldeschluss: 01.04.
KursNr: 734102

VHS Schaumburg

BU

Französisch 2 Bildungsurlaub (A1)

Der Bildungsurlaub Französisch 2 baut auf den bereits erworbenen Kenntnissen und Fertigkeiten der Stufe 1 (entsprechend Grundstufe 1 bzw. Kompakt Kursstufe 1) auf und hat zum Ziel, diese entsprechend zu erweitern und zu vertiefen. Vorrangig werden kommunikative Elemente in Form von Dialogen in alltagsnahen Situationen geübt und gefestigt. Neben der Vermittlung sprachlicher Strukturen werden wissenswerte und aktuelle Informationen über kulturelle Aspekte und vielfältige Lebensbereiche das Bildungs- und Lernangebot ergänzen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Aryel Maurino-Grützmann
Mo, 06.07., bis Do, 09.07.,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr,
Fr, 10.07., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
On y va!, Band 1, Lektion 4
Anmeldeschluss: 18.05.
KursNr: 734202

BU

Französisch 3 Bildungsurlaub (A1)

Der Bildungsurlaub Französisch 3 baut auf den bereits erworbenen Kenntnissen und Fertigkeiten der Stufe 2 (entsprechend Grundstufe 2 bzw. Kompakt Kursstufe 2) auf und hat zum Ziel, diese entsprechend zu erweitern und zu vertiefen. Vorrangig werden kommunikative Elemente in Form von Dialogen in alltagsnahen Situationen geübt und gefestigt. Neben der Vermittlung sprachlicher Strukturen werden wissenswerte und aktuelle Informationen über kulturelle Aspekte und vielfältige Lebensbereiche das Bildungs-und Lernangebot ergänzen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Aryel Maurino-Grützmann
Mo, 13.07, bis Do, 16.07.,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr
Fr, 17.07., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
On y va!, Band 1, Lektion 7
Anmeldeschluss: 25.05.
KursNr: 734302

Französisch Grundstufe 1 (A1)

Französisch für unterwegs und sonstige Gelegenheiten

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Angelika Hövermann
Fr, 20.02., 11.15 - 12.45 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
On y va! Band 1, Lektion 1
KursNr: 734115

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Christine Brétignol-Kemker
Do, 19.02., 19.30 - 21.00 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
On y va! Band A1, Lektion 1
KursNr: 734612

Französisch Grundstufe 2 (A1)

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Christine Brétignol-Kemker
Do, 19.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
On y va! Band A1, Lektion 5
KursNr: 734112

Neue Lehrkräfte an der Volkshochschule Schaumburg

Wir suchen ständig freiberufliche Lehrkräfte für den Fachbereich Fremdsprachen. Ihr Profil:

- Sie haben Interesse an der Erwachsenenbildung, insbesondere der Vermittlung von Fremdsprachen.
- Sie können mit Ihren Fachkenntnissen das spezifische Angebot der VHS ergänzen und erweitern.
- Sie verfügen über hinreichend pädagogisches Geschick und einige Jahre Lehrerfahrung.
- Sie sind bereit, sich vor der Übernahme eigener Veranstaltungen auf diese Aufgabe entsprechend vorzubereiten und an Fortbildungsveranstaltungen teilzunehmen.

Wenn Sie diese Voraussetzungen erfüllen, dann sollten Sie sich mit uns in Verbindung setzen und einen Gesprächstermin vereinbaren.

Französisch Grundstufe 3 (A1)

Französisch für unterwegs und sonstige Gelegenheiten

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Angelika Hövermann
Fr, 20.02., 09.30 - 11.00 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
On y va! Band 1, Lektion 7
KursNr: 734215

Französisch Grundstufe 2 (A1)

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Aryel Maurino-Grützmann
Mo, 16.02., 17.30 - 19.00 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
On y va!, Band 1, Lektion 5
KursNr: 734402

Französisch Auffrischung Grundstufe (A2)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die gerne ihre Grundkenntnisse in der französischen Sprache anhand von freien Sprechübungen in Alltagssituationen vertiefen und gleichzeitig ausgewählte Grammatikthemen wiederholen möchten.
Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Petra Rahde
Mo, 16.02., 09.00 - 10.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 734208

Französisch Grundstufe 4 (A2)

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Aryel Maurino-Grützmann
Mi, 18.02., 09.00 - 10.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
On y va!, Band 2, Lektion 1
KursNr: 734502

Französisch Mittelstufe 2 (B1)

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Christine Brétignol-Kemker
Mi, 18.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
On y va! B1, Lektion 3
KursNr: 734312

Französisch Mittelstufe 3 (B1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Aryel Maurino-Grützmann
Do, 19.02., 10.00 - 11.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Ausgewählte Texte und Materialien
KursNr: 734415

Französisch Auffrischung Mittelstufe (B1)

Dieser Kurs dient zur Auffrischung bereits vorhandener Französischkenntnisse aus der Schulzeit oder VHS-Kursen. In angenehmer Atmosphäre einer „conversation matinale" wird der Wortschatz erweitert und Grammatikthemen wiederholt. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen und werden integriert.
Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Petra Rahde
Mo, 16.02., 10.45 - 12.15 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 734308

TIPP

Lehrbuch Sprachen
Bevor Sie das Lehrbuch für Ihren Sprachkurs kaufen, warten Sie bitte den ersten Kurstermin ab. Manchmal gibt es noch Änderungen.

VHS Schaumburg

Französisch Conversation de tous les jours

Die Kursteilnehmer/innen sollen mit einfachen Redemitteln die Situationen des täglichen Lebens bewältigen lernen. Es werden dabei viele Elemente, die zum französischen Sprachdiplom DELF A1 (erste Niveaustufe) führen, verwendet.
Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Edmund Kast
Do, 19.02., 19.30 - 21.00 Uhr,
10 Abende
57,00 EUR
KursNr: 734108

Französisch Conversation

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Aryel Maurino-Grützmann
Mi, 18.02., 10.45 - 12.15 Uhr, 15 Vormittage
84,50 EUR
Ausgewählte Texte und Materialien
KursNr: 734602

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Astrid Propfe
Di, 17.02., 08.30 - 10.45 Uhr,
12 Vormittage
101,00 EUR
Ecoute/Lektüre
KursNr: 734702

Lehrwerke Spanisch

Con gusto, Klett Verlag
Band 1 (A1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 514980-9
Band 2 (A2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 514990-8
Band 3 (B1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 515010-2

Eñe, Hueber Verlag
Eñe, Band 1(A1),
Kurs- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 004219-7
Eñe, Band 2(A2),
Kurs- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 004220-3
Eñe, Band 3-Teil 1 (B1.1),
Kurs- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 004221-0
Eñe, Band 3-Teil 2 (B1.2),
Kurs- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 004294-4

TIPP

Beratung
BERATUNG wird bei uns groß geschrieben. Die Mitarbeiter/innen der VHS (siehe Seite 3) nehmen sich Zeit für Ihre Anliegen.

BU

Spanisch 1 Bildungsurlaub (A1)

Dieser Bildungsurlaub ist für diejenigen Teilnehmenden gedacht, die einen intensiven Einstieg in die spanische Sprache suchen und dabei grundlegende Sprachfertigkeiten erlernen und festigen möchten. Abwechslungsreich, verbunden mit viel Spaß, sollen neue Sprachelemente erlernt und in vielfältigen Alltagssituationen angewandt werden, damit Sie sich im Gastland angemessen verständigen können.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Lorena Harttrumpf/Mercedes Azorsa Bautista
Mo, 20.04., bis Do, 23.04.,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr
Fr, 24.04., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 1
Anmeldeschluss: 02.03.
KursNr: 764102

BU

Spanisch 2 Bildungsurlaub (A1)

Dieser Bildungsurlaub ist für Teilnehmende gedacht, die einen intensiven Einstieg in die spanische Sprache suchen und dabei grundlegende Sprachfertigkeiten erlernen und festigen möchten.
Voraussetzung ist die Teilnahme an einem Anfängerkurs oder vergleichbare Kenntnisse. Abwechslungsreich, verbunden mit viel Spaß, sollen neue Sprachelemente erlernt und in vielfältigen Alltagssituationen angewandt werden, damit Sie sich im Gastland angemessen verständigen können.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Lorena Harttrumpf/Mercedes Azorsa Bautista
Mo, 13.07., bis Do, 16.07.,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr
Fr, 17.07., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 4
Anmeldeschluss: 25.05.
KursNr: 764202

BU

Spanisch 3 Bildungsurlaub (A1)

Der Bildungsurlaub Spanisch 3 baut auf den bereits erworbenen Kenntnissen und Fertigkeiten der Stufe Bildungsurlaub 2 (entsprechend Grundstufe 2) auf und hat zum Ziel, diese entsprechend zu erweitern und zu vertiefen. Vorrangig werden kommunikative Elemente in Form von Dialogen in alltagsnahen Situationen geübt und gefestigt. Neben der Vermittlung sprachlicher Strukturen werden wissenswerte und aktuelle Informationen über kulturelle Aspekte und vielfältige Lebensbereiche das Bildungs- und Lernangebot ergänzen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Lorena Harttrumpf/Mercedes Azorsa Bautista
Mo, 08.06., bis Do, 11.06.,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr
Fr, 12.06., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 7
Anmeldeschluss: 27.04.
KursNr: 764302

Spanisch Grundstufe 2 (A1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Lorena Harttrumpf
Mi, 18.02., 19.45 - 21.15 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 4
KursNr: 764115

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Marilys Montesinos
Di, 17.02., 19.45 - 21.15 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 4
KursNr: 764402

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Lorena Harttrumpf
Di, 17.02., 18.00 - 19.30 Uhr
15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band A1, Lektion 4
KursNr: 764212

Spanisch Grundstufe 3 (A1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Lorena Harttrumpf
Mi, 18.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 6
KursNr: 764515

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Katherine Pflug
Mi, 18.02., 18.00 - 19.30 Uhr
15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 9
KursNr: 764215

Spanisch Grundstufe 4 (A2)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Katherine Pflug
Di, 17.02., 19.45 - 21.15 Uhr
15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band 2, Lektion 1
KursNr: 764315

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Marilys Montesinos
Di, 17.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band A2, Lektion 1
KursNr: 764602

Spanisch Grundstufe 6 (A2)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Katherine Pflug
Di, 17.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Caminos Neu, Band A2, Lektion 7
KursNr: 764415

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Lorena Harttrumpf
Di, 17.02., 19.45 - 21.15 Uhr
15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band A2, Lektion 9
KursNr: 764312

VHS Schaumburg

Lehrwerke Italienisch

Allegro, Klett Verlag
Band 1 (A1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 525580-7
Band 2 (A2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 525582-1
Band 3 (B1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 525584-5

Chiaro!, Hueber-Verlag
Band 1 (A1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 205427-3
Band 2 (A2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 005449-7
Band 3 (B1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 005467-1

VHS Schaumburg

BU

Italienisch 1 Bildungsurlaub (A1)

Dieser Bildungsurlaub Italienisch richtet sich an Teilnehmende, die einen intensiven Einstieg in die italienische Sprache wünschen. Über den reinen Spracherwerb hinaus werden auch wissenswerte Informationen über Land, Leute und Kultur vermittelt und ausgetauscht. Alltagssituationen mit typischen fremdsprachlichen Äußerungen werden in spielerischer Weise erlernt und sprachlich gefestigt.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Karin Möllmann
Mo, 22.06., bis Do, 25.06.,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr
Fr, 26.06., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
Allegro, Band 1, Lektion 1
Anmeldeschluss: 04.05.
KursNr: 744102

TIPP

Angebot vor Ort
Sie suchen einen Kurs in Ihrer Stadt? Ab Seite 137 in diesem Heft finden Sie ein übersichtliches Verzeichnis.

BU

Italienisch 2 Bildungsurlaub (A1)

Der Bildungsurlaub Italienisch 2 baut auf den bereits erworbenen Kenntnissen und Fertigkeiten der Stufe 1 (entsprechend Grundstufe 1 bzw. Kompakt Kursstufe 1) auf und hat zum Ziel, diese entsprechend zu erweitern und zu vertiefen.
Vorrangig werden kommunikative Elemente in Form von Dialogen in alltagsnahen Situationen geübt und gefestigt. Neben der Vermittlung sprachlicher Strukturen werden wissenswerte und aktuelle Informationen über kulturelle Aspekte und vielfältige Lebensbereiche das Bildungs- und Lernangebot ergänzen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Karin Möllmann/
Mo, 13.07., bis Do, 16.07.,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr
Fr, 17.07., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
Allegro, Band 1, Lektion 4
Anmeldeschluss: 25.05.
KursNr: 744202

Italienisch Grundstufe 2 (A1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Karin Möllmann
Di, 17.02., 19.45 - 21.15 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Allegro, Band 1, Lektion 5
KursNr: 744315

Italienisch Grundstufe 4 (A2)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Karin Möllmann
Di, 17.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Allegro, Band 2, Lektion 1
KursNr: 744115

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Karin Möllmann
Mi, 18.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Allegro, Band 2, Lektion 1
KursNr: 744402

Italienisch Grundstufe 5 (A2)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Karin Möllmann
Mo, 16.02., 18.30 - 20.00 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Allegro, Band 2, Lektion 9
KursNr: 744215

Italienisch Grundstufe 6 (A2)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ingrid Wolfert
Mi, 18.02., 10.00 - 11.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Chiaro, Band 2, Lektion 10
KursNr: 744415

Italienisch Mittelstufe 3 (B1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ingrid Wolfert
Di, 17.02., 09.30 - 11.00 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Allegro, Band 3, Lektion 10
KursNr: 744515

Lehrwerke sonstige Fremdsprachen

Arabisch
Salam!, Klett Verlag
Lehrbuch, Best-Nr. 528830-0
Arbeitsbuch, Best-Nr. 528831-7

Niederländisch
Welkom!, Klett Verlag
Lehrbuch, Best-Nr. 528880-5
Arbeitsbuch, Best-Nr. 528881-2

Norwegisch
Norsk for deg!, Klett Verlag
Lehrbuch, Best-Nr. 528920-8
Arbeitsbuch, Best-Nr. 528921-5

Polnisch
Razem!, Klett Verlag
Lehrbuch, Best-Nr. 528840-4
Arbeitsbuch, Best-Nr. 528841-6

Russisch
Jasno!, Klett Verlag
Lehrbuch, Best-Nr. 527590-4
Arbeitsbuch, Best-Nr. 527591-1

Schwedisch
Välkomna!, Klett Verlag
Lehrbuch, Best-Nr. 527941-4
Arbeitsbuch, Best-Nr. 527943-8

Türkisch
Kolay gelsin!, Klett Verlag
Lehrbuch, Best-Nr. 528860-7
Arbeitsbuch, Best-Nr. 528861-4

TIPP

Wir sind für Sie da!
Alle Kontaktmöglichkeiten Ihrer VHS in Stadthagen, Rinteln und Bückeburg finden Sie auf Seite 3 in diesem Heft.

Arabisch Grundstufe 1 (A1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Muhsen Ibrahim
Mo, 16.02., 19.30 - 21.00 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Salam! Lektion 1
KursNr: 784215

Katalanisch

Ist Ihnen bei einer Reise nach Mallorca oder Barcelona schon einmal aufgefallen, dass die Leute nicht nur eine Sprache sprechen? Die offizielle Sprache in Katalonien ist Katalanisch, die neben einer weiteren Sprache, dem Spanisch gesprochen wird. Und beide bereichern sich gegenseitig. Katalonien ist mehr als nur ein Teil von Spanien, es ist eine Region mit eigener Geschichte, Kultur und Sprache. Fühlen sie sich eingeladen, diese Sprache zu entdecken, lassen sie sich bereichern und verstehen sie, was es bedeutet „catala“ zu sein.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jordi Puig Pérez
Di, 17.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 784415

Niederländisch Grundstufe 1 (A1)

Haben Sie sich auch schon oft gedacht, es wäre schön, wenn ich Niederländisch verstehen und sprechen könnte? Die Niederlande befinden sich „gleich nebenan“ und so schwer ist es nicht, sich einen Grundlagenwortschatz und die vertrauten alltäglichen Ausdrücke der niederländischen Sprache anzueignen. Mit diesen Kenntnissen sind Sie in der Lage, Alltagssituationen in den Niederlanden und anderen niederländisch-sprachigen Ländern zu bewältigen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Jutta Winkler
Do, 19.02., 19.45 - 21.15 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Wat leut! Band 1, Lektion 1
KursNr: 784102

Niederländisch Grundstufe 2 (A1)

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Jutta Winkler
Do, 19.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Wat leut! Band 1, Lektion 4
KursNr: 784202

Polnisch Schnupperkurs

Serdecznie witam!
Herzlich willkommen!
Möchten Sie Urlaub in Polen machen? Interessieren Sie sich für Polen und polnische Kultur? Oder haben Sie vielleicht schon Freunde in Polen, mit denen Sie polnisch sprechen möchten? Dann lade ich Sie herzlich ein! Bei diesem Schnupperkurs werden Sie die ersten Einblicke in die polnische Sprache bekommen.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Barbara Chrzeszczyk
Sa, 07.02., 10.00 - 13.15 Uhr
11,00 EUR
Razem, Lektion 1
KursNr: 784915

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Barbara Chrzeszczyk
Sa, 20.06., 10.00 - 13.15 Uhr
11,00 EUR
Razem, Lektion 1
KursNr: 785015

Polnisch Grundstufe 2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit keinen oder geringen Vorkenntnissen der polnischen Sprache. Es werden Vokabeln und Wendungen zu allen alltäglichen Themen vermittelt. Hör- und Leseverstehen sowie freies Sprechen werden ebenso trainiert wie Grammatik und Aussprache. Desweiteren erhalten Sie viele Informationen über die polnische Kultur und Tradition.
Ein Kurs nicht nur für den Urlaub, unter der Leitung einer Muttersprachlerin.
Serdecznie zapraszam!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Barbara Chrzeszczyk
Do, 19.02., 18.30 - 20.00 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Razem, Lektion 4
KursNr: 784515

Polnisch Grundstufe 5

Dieser Kurs baut auf den bereits erworbenen Kenntnissen und Fertigkeiten der Stufen 1-4 auf. Bereits besprochene Themen und Grammatik werden regelmäßig wiederholt, so dass ein Quereinstieg möglich ist. In einer entspannten Atmosphäre werden Sie Ihre vorhandenen Kenntnisse erweitern können. Polnische Traditionen und polnische Kultur werden Ihnen ebenso näher gebracht. Weitere Themen können auf Ihren Wunsch integriert werden.
Serdecznie zapraszam!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Barbara Chrzeszczyk
Di, 17.02., 18.30 - 20.00 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Ausgewählte Texte und Materialien
KursNr: 784615

VHS Schaumburg

Russisch

Für Anfänger/innen

Russisch für unterwegs und sonstige Gelegenheiten

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Irina Künne
Di, 17.02., 19.00 - 20.30 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Jasno!, Lektion 1
KursNr: 754102

Schwedisch Kompakt Grundstufe 1 (A1)

Sie verbringen Ihren Urlaub in Schweden oder haben schwedische Freunde, Verwandte oder Kollegen?
Was auch immer der Grund ist, Schwedisch zu wählen, der Kurs möchte Ihnen Appetit machen, diese wunderschöne Sprache zu erlernen. Dabei werden Sie sich die notwendigen Grundlagen aneignen, um für typische Alltagssituationen gut vorbereitet zu sein. Diese werden wir z.B. in Form von Rollenspielen üben. Auch werden wir in die schwedische Kultur (Regionen, Alltag, Feste, schwedische Küche) eintauchen und über kulturelle und gesellschaftliche Unterschiede sprechen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Martin Wichmann
Fr, 17.04. und 24.04,
16.30 - 19.30 Uhr
Sa, 18.04. und 25.04.,
10.00 - 13.00 Uhr
So, 19.04. und 26.04.,
10.00 - 13.00 Uhr
68,00 EUR
Välkomna NEU!
Anmeldeschluss: 07.04.
KursNr: 784602

Schwedisch Kompakt Grundstufe 2 (A1)

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Martin Wichmann
Fr, 13.02. und 20.02.,
16.30 - 19.30 Uhr
Sa, 14.02. und 21.02.,
10.00 - 13.00 Uhr
So, 15.02. und 22.02.,
10.00 - 13.00 Uhr
68,00 EUR
Välkomna NEU!
Anmeldeschluss: 03.02.
KursNr: 784802

Schwedisch Oberstufe

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dr. Wilfried Gutschke
Di, 17.02., 19.30 - 21.00 Uhr,
12 Abende
68,00 EUR
Schwedische Literatur und Texte
KursNr: 784715

Türkisch

Für Anfänger/innen (A1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Sercin Sahin
Do, 19.02., 18.30 - 20.00 Uhr,
15 Abende
84,50 EUR
Kolay gelsin!, Lektion 1
KursNr: 784815

TIPP

VHS + „Tropicana“
Wenn Sie einen Kurs ab 30 EUR buchen, schenken wir Ihnen einen Gutschein für einen Besuch im Spaßbad „Tropicana“.

Ausflug in die Körper- und Gebärdensprache

Sie werden auf die Begegnung mit gebärdenden Menschen vorbereitet, Sie erarbeiten Regeln, Alltagsgebärden, lernen buchstabieren und zählen in der Gebärdensprache. Ausgehend von Sachtexten und Geschichten über die Gehörlosigkeit möchte ich mit Ihnen über die Probleme zwischen hörenden und gehörlosen Menschen sprechen und diskutieren. Sie schulen Ihre Beobachtungsgabe und haben einen leichteren Einstieg in den nachfolgenden Sprachkurs DGS 1.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Claudia Kraupner
Mo, 23.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
6 Abende
17,40 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 785115

Gebärdensprache zum Schnuppern

Ein kleiner Ausflug zur DGS

Zum Ausprobieren, kurzer und kompakter Einblick in die Welt der Gebärdensprache.
Lernen Sie unverbindlich die Sprache der gehörlosen Menschen kennen. Wir sprechen über die Geschichte der Gebärdensprache, die Kultur der gehörlosen Menschen und lernen die Gestik, Mimik und Körpersprache kennen. Gemeinsam erarbeiten wir Gebärden aus dem Alltag.
Auch ist ein Ausflug in die Welt der Körpersprache vorgesehen.
Dieser Kurs ersetzt nicht den Vorbereitungskurs!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Claudia Kraupner
Sa, 14.02., 10.00 - 15.00 Uhr
10,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
Anmeldeschluss: 06.02.
KursNr: 785215

Deutsche Gebärdensprache (DGS 1)

Für Anfänger/innen

Haben Sie Interesse, eine neue Kommunikationsform zu erlernen? Grundkenntnisse in der Deutschen Gebärdensprache (DGS) schaffen bessere Verständigungsmöglichkeiten zu Hörbehinderten: Die DGS ist die Basissprache der Gehörlosen und stellt eine eigenständige Sprache mit einem eigenen System dar, das mit keiner Lautsprache zu vergleichen ist und ausschließlich auf visuelle Wahrnehmung ausgelegt ist.
Der Besuch des Vorbereitungskurses ist nicht zwingend notwendig, erleichtert jedoch den Einstieg. Diese Kurse sprechen auch Nicht-Gehörlose an.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jutta Drescher/Claudia Kraupner
Mo, 20.04., 18.00 - 19.30 Uhr,
6 Abende
37,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
Anmeldeschluss: 13.04.
KursNr: 785315

Deutsche Gebärdensprache (DGS)

für Fortgeschrittene

Diese Kurse sprechen auch Nicht-Gehörlose an.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jutta Drescher
Mo, 08.06., 18.00 - 19.30 Uhr,
6 Abende
17,50 EUR
KursNr: 785415

Gebärdensprache

Aufbaukurs

Für Teilnehmende mit fortgeschrittenen Sprachkenntnissen zum Aufbau / zur Wiederholung und Vertiefung des Wortschatzes. Die Dozentin ist gehörlos.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jutta Drescher
Do, 26.02., 18.00 - 19.30 Uhr,
5 Abende
14,50 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 785515

„Wir gebärden Lieder“ S(w)inging hands

Die VHS Show-Gruppe „S(w)inging hands“ trifft sich zum Wiederholen und Ausbauen ihres Repertoires. Diese Veranstaltungen sind offen für Teilnehmende mit fortgeschrittenen Gebärdensprachkenntnissen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Claudia Kraupner
Mo, 20.04., 19.30 - 21.00 Uhr
24,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 786015

TIPP

Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet.
Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Programmbereich Beruf

Ihr Ansprechpartner
in der VHS Schaumburg:

Dirk Eickstädt
Telefon: 05721 787117
eickstaedt@vhs-schaumburg.de

Fit für den Beruf – Weiterkommen mit der VHS

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Sie setzt an bei Kompetenzen wie der Lernfähigkeit, den Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen.

Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien stellt einen Schwerpunkt des Programmbereichs „Arbeit und Beruf“ dar. Ebenfalls stark vertreten sind Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen in kaufmännischen, betriebswirtschaftlichen und technischen Bereichen sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen. Veranstaltungen zu Querschnitts-Themen, die berufliche und persönliche Kompetenzen (Rhetorik, Selbstmarketing, Kreativitätstrainings) stärken, runden das Angebot ab.

Beruflich qualifizierende und verwertbare Kurse finden sich aber auch im Angebot anderer Programmbereiche: zum Beispiel interkulturelle Kompetenztrainings, Angebote der Betrieblichen Gesundheitsvorsorge, berufsbezogene Sprachkurse oder Vortragsreihen zum Thema Kind und Karriere.

Kenntnis- und Fertigkeitsprofil Computernutzer/innen
Kurzbeschreibung der Eingangsvoraussetzungen

Anwenderwissen Basis- und Aufbau-Niveau

Level 0
Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer benötigen keine Voraussetzungen, d.h. es sind keine Kenntnisse und Fertigkeiten erforderlich.

Level 1
Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können einen Computer starten und herunterfahren. Sie sind vertraut im Umgang mit dem PC und der Tastatur. Sie können Programme starten, Ordner erstellen sowie Dateien speichern und kopieren. Sie kennen Grundbegriffe der Hardware und Dateiverwaltung.

Level 2
Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können Programme und Anwendungen bedienen. Sie kennen anwenderspezifische Begrifflichkeiten zu Programmen und Anwendungen. Sie können in der Anwendung ohne Hilfestellung arbeiten und Grundeinstellungen vornehmen.

Level 3
Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben erweiterte Kenntnisse über die jeweilige Anwendung / das Programm. Die sichere Bedienung des Programms wird beherrscht. Grundwissen über Aufbau und Funktion eines Computers ist vorhanden. Sie können PDF erstellen und Dateien aus dem Internet herunterladen und weiter verarbeiten.

Unabhängige User und Netzwerk-verwalter/innen

Level 4
Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer verfügen über gefestigtes Grundwissen in Bezug auf Aufbau und Funktionsweise eines Computers. Sie können Systemeinstellungen vornehmen und Benutzer anlegen. Sie kennen verschiedene Computerarten und Systeme. Sie besitzen Grundkenntnisse in Hardware- und Netzwerktechnik sowie auch in der Client Server Architektur.

Level 5
Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können Systemeinstellungen vornehmen und Betriebssysteme installieren. Sie beherrschen die erweiterte Benutzerverwaltung, komplexere Handhabung von Anwendungen und verfügen über erweiterte Hardware-Kenntnisse, Netzwerksysteme, Internetkonfiguration, Firewall und Sicherheitsmechanismen.

Level 6
Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können Installationen und Konfigurationen von verschiedenen Betriebssystemen vornehmen. Sie verfügen über tiefgehende Kenntnisse und Fertigkeiten im Umgang mit Systemeinstellungen, BIOS, Hardware mit RAID Systemen sowie Serveranwendungen.

Themen im Propgrammbereich

- EDV: Computer Basiswissen, Mobile Computing, Computer im Beruf, Specials, Microsoft Office Specialist (MOS-Prüfungen), Senioren/innen am Computer
- Wirtschaftsakademie (Firmenschulungen)
- Personal- und Sachkompetenzen
- Junge Volkshochschule
- Kaufmännische Abschlüsse
- Frau und Wirtschaft
- vhsConcept
- Beschäftigungsförderung
- Medienpädagogik

Erste Schritte am Computer / Windows

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich zum ersten Mal mit dem Thema Computer befassen und so gut wie keine Vorkenntnisse besitzen. Hier lernen Sie leicht, übersichtlich und ohne unnötigen Technik-Ballast, wie Sie mit einem Computer umgehen. Selbstverständlich werden Sie in Ihrem ersten Computerkurs auch Texte schreiben und speichern sowie einen ersten Ausflug ins Internet unternehmen. Geeignet für Computerbesitzer/innen mit Windows 7 und Windows 8.

Inhalte:

- Sie lernen den Computer und die wichtigsten Zusatzgeräte kennen
- Sie starten Programme und üben den Umgang mit Maus und Tastatur
- Sie erstellen und speichern einen Text mit Word
- Sie ordnen Dateien und Ordner
- Sie passen Windows an
- Sie lernen Programme für unterschiedliche Nutzungsbereiche kennen
- Sie stellen eine Verbindung zum Internet her und besuchen Internetseiten
- Sie lernen, wie Sie kleine Probleme und Fehler selbst beheben können

Teilnahmevoraussetzungen: Level 0

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jürgen Enders
Di + Do, 17.02. - 03.03.,
18.00 - 21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 10.02.
KursNr: 544115

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Norbert Bruns
Fr, 20.02., 18.15 - 21.30 Uhr
Sa, 21.02., 09.00 - 16.15 Uhr
So, 22.02., 09.00 - 16.15 Uhr
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 13.02.
KursNr: 544212

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jürgen Enders
Di + Do, 09.06. - 23.06.,
18.00 - 21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 02.06.
KursNr: 544315

Computer-Aufbaukurs

nicht nur für Senioren/innen

Aufbauend auf die Einstiegskurse „Computer-Einstieg“ und „Erste Schritte am Computer mit Windows 7/8“ erweitern wir die Grundkenntnisse im Umgang mit dem Computer um folgende Schwerpunkte:

- Systemprogramme (Datenträgerbereinigung, Defragmentierung)
- Systemsteuerung (Geräte und Drucker, Ordneroptionen, Programme und Funktionen, Benutzerkonten, Gerätemanager)
- Sicherheit des Computers (Windows Firewall, Windows Update, Wiederherstellung, Antivirenprogramme und Einstellungen)
- Internetbrowser, Erweiterungen und Sicherheitseinstellungen
- Einrichten E-Mailadresse und E-Mailprogramme (unter anderem das kostenlose Programm Mozilla Thunderbird)
- Umgang mit Dateien, Dateitypen, Dateieigenschaften)
- Installieren und Inbetriebnahme von Skype
- Zeit für Probleme und Fragen der Teilnehmer

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jürgen Enders
Di + Do, 07.07. - 21.07.,
18.00 - 21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 30.06.
KursNr: 54AX15

berggeist007_pixelio

Tastschreiben am Computer

Tastschreibunterricht gestaltete sich bisher langwierig und monoton. Das 10-Fingersystem ermöglicht es Ihnen mit viel Spaß und innerhalb kürzester Zeit die Tastatur blind zu beherrschen.

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Heidrun Pallagst
Fr, 13.02., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 14.02., 09.00 - 14.00 Uhr
So, 15.02., 09.00 - 14.00 Uhr
81,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 48,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 06.02.
KursNr: 544512

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Heidrun Pallagst
Fr, 17.04., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 18.04., 09.00 - 14.00 Uhr
So, 19.04., 09.00 - 14.00 Uhr
81,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 48,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 10.04.
KursNr: 544615

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Heidrun Pallagst
Fr, 03.07., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 04.07., 09.00 - 14.00 Uhr
So, 05.07., 09.00 - 14.00 Uhr
81,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 48,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 26.06.
KursNr: 544412

Computer Aktuell

Bringen Sie Ihre Kenntnisse auf den neuesten Stand

In diesem Kurs lernen Sie die für den Alltag gängigsten EDV-Anwendungen kennen und anzuwenden.
Geeignet für Computerbesitzer/innen mit Windows 7 und Windows 8.

Inhalte:

Betriebssystem Windows

- Bedienung und Anpassung der Oberfläche
- Verwalten von Objekten mit dem Windows-Explorer
- Überblick über die Oberfläche von Windows-Anwendungsprogrammen

Internet

- Bedienung des Internet-Explorers
- Gefahren und Sicherheit

Textverarbeitung

- Texterfassung und Korrektur
- Formatieren von Texten, Grafiken
- Gestaltung von Briefen und Briefköpfen

Tabellenkalkulation

- Formatieren von Zellen
- Erstellen einfacher Formeln
- Einfache Funktionen (Summe, Mittelwert)

Kommunikation

- Erstellen, Versenden und Verwalten von Nachrichten (E-Mail)
- Eintragen und Verwalten von Terminen, Kontakten und Aufgaben

Teilnahmevoraussetzungen: Level 0

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gabriele Pape
Mo + Mi, 23.02. - 20.04.,
18.00 - 21.15 Uhr, 12 Abende
209,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 112,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 16.02.
KursNr: 544812

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Di + Do, 14.04. - 28.05.,
18.00 - 21.15 Uhr, 12 Abende
209,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 112,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 07.04.
KursNr: 544915

Effektiver Umstieg auf Windows 8.1 und Office 2013

Alle Neuerungen mit wichtigen Tipps für die Praxis

Alle Neuerungen von Windows 8.1 und Office 2013 mit wichtigen Tipps für die Praxis
Sie lernen, wie Sie in Windows 8.1 schnell und effektiv mit dem Startbildschirm arbeiten und wie Sie die Desktop-Oberfläche optimal nutzen können. Darüber hinaus erfahren Sie, wie viele Praxisaufgaben mit den Apps von Microsoft Office 2013 besonders zeitsparend erledigt werden können. Sie arbeiten in der Schulung sowohl an normalen PCs sowie mit Tablet-PCs.
Mögliche **Inhalte:**

- Die Neuerungen von Windows 8.1
- Desktop-Oberfläche
- Apps und Store-Integration
- Menüband im Explorer
- Bedienung von Windows 8.1 mit einem Touchscreen oder einem Tablet
- Vorstellung der App-übergreifenden Änderungen in Office 2013
- Praxisorientierte Vermittlung der Neuerungen von Word, Excel, PowerPoint und Outlook 2013
- Tipps und Beschreibung effizienter Vorgehensweisen rund um den Einsatz der Office-Anwendungen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Sören Kandt
Sa, 14.02., 09.00 - 16.15 Uhr
Sa, 07.03., 09.00 - 16.15 Uhr
81,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 48,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 07.02.
KursNr: 545115

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Sa, 30.05., 09.00 - 16.15 Uhr
Sa, 06.06., 09.00 - 16.15 Uhr
81,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 48,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 23.05.
KursNr: 545215

Textverarbeitung Word Einstieg

Sollten Sie bislang keine Erfahrungen mit einer Textverarbeitung gemacht haben, ist dies genau der richtige Kurs für Sie. Hier lernen Sie von Anfang an den Umgang mit der Textverarbeitung Word.

Inhalte:

- Eingeben, Markieren, Bearbeiten und Korrigieren von Texten
- Textgestaltung mit Hilfe von Formatierungen
- Kopieren, Ausschneiden und Einfügen von Textpassagen
- Einfügen von Fotos und Grafiken
- die neue Tabellenfunktionalität von Word
- Grundlagen des Seriendrucks
- Speichern und Drucken
- sowie viele Tipps und Tricks aus der Praxis

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Mo + Mi + Fr, 13.04. - 22.04.,
18.00 - 21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr 57,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 07.04.
KursNr: 545315

TIPP
Anmeldung
Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Tim Reckmann_pixelio

Tabellenkalkulation Excel Einstieg

Sollten Sie bislang keine Erfahrungen mit einer Tabellenkalkulation gemacht haben, ist dies genau der richtige Kurs für Sie. Hier lernen Sie von Anfang an den Umgang mit der Tabellenkalkulation Excel. Sie erhalten eine Einführung in die Funktionsweise der Tabellenkalkulation Excel, in den Tabellenaufbau und -formatierung, Spalten und Zeilen, Rechenoperationen und Formeln.

Inhalte:

- Grundlagen der Arbeitsoberfläche von Excel
- Die Excel-Multifunktionsleiste und Symbolleiste
- Eingeben und Formatieren von Daten
- Einfache Berechnungen durchführen
- Relative und absolute Zellbezüge
- Seitengestaltung und Layout
- Speichern und Ausdrucken von Tabellen
- sowie viele Tipps und Tricks aus der Praxis

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Mi + Mo, 27.05. - 10.06.,
18.00 - 21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 20.05.
KursNr: 545415

PowerPoint Einstieg

Müssen Sie gelegentlich Referate halten oder Ergebnisse präsentieren? Overheadfolien und Blättersalat gehören von jetzt an der Vergangenheit an! Mit PowerPoint erstellen Sie rasch professionelle Präsentationen am PC.
Mit PowerPoint steht Ihnen ein äußerst leistungsfähiges Werkzeug zur Verfügung, das vom Referat bis zur klassischen Produktpräsentation alle Bereiche vollständig abdeckt. Im Rahmen dieses Kurses erstellen Sie eine komplette Präsentation. Sie binden Grafiken und Fotos ein, integrieren Word- oder Excel-Dateien und animieren Texte. Selbstverständlich werden auch Soundeffekte gezielt eingesetzt und Folienübergänge verwendet. Sie erfahren, wie Sie selbstlaufende Präsentationen erstellen oder aber auch benutzergesteuerte Shows entwerfen.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Sa, 27.06., 09.00 - 16.15 Uhr
So, 28.06., 09.00 - 12.15 Uhr
65,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 40,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 20.06.
KursNr: 545515

Internet Einstieg

Das Internet bietet zu jedem erdenklichen Thema Informationen. Um sich in der riesigen Datenflut zurechtzufinden sind Sie in diesem Kurs genau richtig!

Inhalte:

- Wo finde ich glaubwürdige Informationsquellen?
- Welche Kuriositäten bietet das Internet?
- Wo und wie suche ich Informationen?
- Wie funktioniert die erweiterte Suche?
- Worauf muss ich beim Einkauf oder der Buchung von Reisen achten?
- Wie lade ich Daten und Programme aus dem Internet?
- Wie funktioniert die Kommunikation per Email?

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Norbert Bruns
Fr, 20.03., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 21.03., 09.00 - 16.15 Uhr
65,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 40,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 13.03.
KursNr: 545812

Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch

Fotobücher erfreuen sich wachsender Beliebtheit. Es ist immer noch ein anderes Erlebnis, schöne Erinnerungen an Urlaub, Familienfeste oder andere Anlässe in einem Buch zu betrachten, als sie am Computer anzusehen. Fotobücher sind eine komfortable Möglichkeit Ihre digitalen Bilder in gedruckte Form zu bringen. Die Bilder werden am PC ausgewählt, bearbeitet, nach Ihren Wünschen individuell zusammengestellt und dann über das Internet oder auf CD an ein Fotolabor geschickt, das daraufhin Ihr gebundenes Buch so erstellt, wie Sie es vorgeben. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt, wie das funktioniert. Die Kursteilnehmenden erhalten eine CD mit der Pixelnet-Fotobuch-Software, Gutscheine für ein Fotobuch im Wert von 30,00 EUR, sowie eine SelbstlernCD und ein Handbuch (im Preis inbegriffen). Bitte bringen Sie eigene Bilder auf CD oder USB-Stick mit!
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Mo + Mi, 02.03. + 04.03.,
18.00 - 21.15 Uhr, 2 Abende
34,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 23.02.
KursNr: 545915

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Norbert Bruns
Mo + Mi, 04.05. + 06.05.,
18.00 - 21.15 Uhr, 2 Abende
34,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 27.04.
KursNr: 546012

Wege aus dem Mediendschungel

Vortrag mit Diskussion

Internet und Handy sind tägliche Begleiter von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Sie gehören für sie zum Alltag in der Schule, zu Hause, am Arbeitsplatz und in der Freizeit.

Viele Eltern und Lehrende fragen sich:

- Was bedeuten Cyber Mobbing, Blog, Cloud, Wiki, Twitter, Happy Slapping, Social Networking, WhatsApp, Facebook und YouTube?
- Wie können wir Kinder und Jugendliche in diesem Bereich begleiten?
- Welche Chancen und Herausforderungen bringen die neuen Medien mit sich?
- Welche Regeln für den Medieneinsatz sind wünschenswert?
- Welche Regeln für den Medieneinsatz sind realisierbar?

Eltern und Lehrende wollen gute Entscheidungen für eine altersgerechte Mediennutzung treffen. In diesem Vortrag erhalten Eltern, Erzieher/innen, Lehrer/innen usw. erste Antworten und Hinweise.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Renate Meißner
Fr, 26.06., 19.00 - 21.15 Uhr
6,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 19.06.
KursNr: 546115

Facharbeiten/Hausarbeiten

Für Abiturienten/innen und Studenten/innen

Fit für die Facharbeit mit MS-Word
Bei der Facharbeit zählt nicht nur der Inhalt, sondern auch eine korrekte Formatierung. Lernen Sie in diesem Kurs wie Zeilenabstand und Seitenrand eingestellt werden. Erstellen Sie Inhaltsverzeichnis, Fußnoten und eine sinnvolle Gliederung. Sie bekommen ebenfalls hilfreiche Tipps und Tricks zum Arbeiten mit Word.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Do + Fr, 09.04. + 10.04.,
10.00 - 13.15 Uhr, 2 Vormittage
34,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 02.04.
KursNr: 545715

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gabriele Pape
Mo + Mi, 01.06. + 03.06,
18.00 - 21.15 Uhr, 2 Abende
34,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 25.05.
KursNr: 545612

Viel-Leser/innen aufgepasst! – eBooks und eBook-Reader

Aufschlagen, blättern, lesen – die „Bedienung“ eines Buches ist kinderleicht, aber wie sieht es mit einem eBook aus? In Zusammenarbeit mit der Bibliothek Stadthagen wollen wir Fragen rund ums Thema eBooks auf den Grund gehen.

Mögliche **Inhalte:**

- was vor dem Kauf zu beachten ist
- Vor- und Nachteile von eBooks
- die Bedienung des eBooks
- verschiedene Dateiformate
- vieles mehr

Die Stadtbücherei Stadthagen stellt eBooks zum Ausprobieren zur Verfügung und Sie können die Gelegenheit nutzen und nach Herzenslust fragen und testen.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Sa, 25.04., 10.00 - 12.45 Uhr
6,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 18.04.
KursNr: 546215

Die bunte Welt der Tablets

Einführung in die gängigsten Systeme (Android, Apple iPad, Windows)

Gewinnen Sie einen Überblick über verschiedene mobile Geräte mit den Betriebssystemen Android, iOS und Windows RT. Erlernen Sie die wichtigsten Basisfunktionen und den Umgang mit den vielfältigen Möglichkeiten und Apps der verschiedenen Plattformen. Dabei erarbeiten wir auch diverse Szenarien, um die Geräte in Ihr vorhandenes Heim-Netzwerk erfolgreich zu integrieren.

Inhalte:

- Grundbedienung der Geräte
- Warum benötige ich eine ID (Kennung), um Apps zu nutzen
- Apps installieren, App Store, Google Play, Microsoft App Store
- Apps nutzen (Wetter, Notizen, Erinnerungen, Multimedia, Spiele)
- Fotos erstellen und betrachten
- Arbeiten mit Office Apps
- Multimedia Apps und Zusatzgeräte

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jan Mundhenk
Sa, 28.02., 09.00 - 16.15 Uhr
34,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 21.02.
KursNr: 546412

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jan Mundhenk
Sa, 14.03., 09.00 - 16.15 Uhr
34,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 07.03.
KursNr: 546315

VHS Schaumburg

iPhone und iPad – Grundlagen

Intensiv-Seminar

iPad Steigen Sie ein in die Welt der mobilen Apple-Geräte und entdecken Sie deren Leistungsfähigkeit und die Funktionalität. Sie erlernen die grundlegende Bedienung und Basiskonfiguration und bekommen einen Einblick in die Vielzahl der Apps im App-Store. Das Erstellen und Betrachten von Fotos und Notizen sind dabei nur einige Beispiele.

Inhalte:

- Grundbedienung der Geräte
- Was ist iTunes
- Was ist eine Apple ID
- Apps Installieren und App Store
- Apps nutzen (Wetter, Notizen, Erinnerungen)
- Fotos erstellen und betrachten
- Arbeiten mit Notizen
- Telefonieren (nur mit dem iPhone)

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Wenn iPhone oder iPad vorhanden, bitte mitbringen.

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jan Mundhenk
Sa, 07.03., 09.00 - 16.15 Uhr
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 28.02.
KursNr: 546712

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Sa, 21.03., 09.00 - 16.15 Uhr
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 14.03.
KursNr: 546515

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Sa, 30.05., 09.00 - 16.15 Uhr
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 23.05.
KursNr: 546615

iPhone und iPad – Für Fortgeschrittene (Specials)

Intensiv-Seminar

Sie haben schon seit einiger Zeit ein Apple Gerät in Gebrauch und möchten es noch intensiver und effektiver nutzen? Als fortgeschrittener Benutzer von Mobile-Apple-Devices lernen Sie in diesem Kurs interessante Apps für Ihr Gerät kennen. Sie erlernen unter anderem, den Datenabgleich mit PC oder Mac, die Einrichtung und Konfiguration von E-Mail Konten direkt im Gerät oder per App und andere Funktionalitäten. Es steht dabei die produktive Nutzung Ihres iPhone oder iPad im Vordergrund.

Inhalte:

- Einrichtung des E-Mail-Clients
- Bedingungen zum Synchronisieren mit anderen Geräten
- Arbeiten mit Kalender, Termine, Kontakte
- Arbeiten mit Apps z.B. Textverarbeitung
- interessante und produktive Apps
- Musik, Fotos und Co.
- Apple TV

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Wenn iPhone oder iPad vorhanden, bitte mitbringen.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Sa, 09.05., 09.00 - 16.15 Uhr
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 02.05.
KursNr: 546815

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jan Mundhenk
Sa, 20.06., 09.00 - 16.15 Uhr
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 13.06.
KursNr: 547012

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Sa, 04.07., 09.00 - 16.15 Uhr
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 27.06.
KursNr: 546915

iPad – Erste Schritte mit Pages und Numbers von Apple

Intensiv-Seminar

Inhalte:

- Pages - Texte erfassen, korrigieren und gestalten
- Numbers - Erstellen von Kalkulationstabellen und einfacher Berechnungsformeln

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Wenn iPhone oder iPad vorhanden, bitte mitbringen.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Sa, 18.07., 09.00 - 16.15 Uhr
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 11.07.
KursNr: 547115

iTunes – Musik und mehr von Apple

Intensiv-Seminar

iTunes ist ein beliebtes Programm von Apple Computers. Mit Hilfe von iTunes kaufen und verwalten Sie Musik, Filme und Bücher und synchronisieren diese mit den mobilen Apple-Geräten. Die iTunes-Software ist für Windows und Apples Mac-Systeme verfügbar und wird kostenlos im Internet zum Download angeboten. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie sich Ihre Lieblingsmusik in Sekunden direkt aus dem Internet herunterladen oder Ihre Musik-CDs in die sogenannte Mediathek importieren.

Mögliche **Inhalte:**

- iTunes Download und Installation
- Grundeinstellungen
- iTunes Konto anlegen (Apple ID erstellen)
- Übersicht über die Benutzeroberfläche
- Funktionen von iTunes
- Musik, Filme und Bücher online (digital) kaufen
- Musik, Filme und Bücher importieren
- CD importieren
- E-Books importieren
- DVDs und Blu-ray importieren (Digital Copy)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Sa, 11.07., 09.00 - 16.15 Uhr
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 04.07.
KursNr: 547215

Android-Smartphone und Tablet im Griff

Lernen Sie die Funktionen und Möglichkeiten Ihres Android-Smartphone oder Ihres Android-Tablets kennen. In einfach nachvollziehbaren Schritten entdecken Sie die Funktionalität und Leistungsfähigkeit von Android-Smartphones und Android-Tablets.

Mögliche **Inhalte:**

- Installation von SIM-Karte und Akku
- Das Einstellungsmenü
- Verbinden des Geräts mit dem Internet
- Verwaltung des Telefonbuchs und der Kontakte
- Versenden und Empfangen von SMS
- Einrichten eines E-Mail-Kontos
- Apps aus dem Google-Play-Store installieren
- Apps nutzen und verwalten
- Fotos erstellen und betrachten

Bringen Sie bitte Ihr Android-Smartphone oder Android-Tablet inkl. Ladegerät und Bedienungsanleitung mit.

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jan Mundhenk
Di + Do + Fr, 05.05. - 08.05,
18.00 - 21.15 Uhr, 3 Abende
50,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 28.04.
KursNr: 547312

TIPP

Intensiv-Seminare für den beruflichen Alltag (Kleingruppen 5 bis 9) richten sich an Personen, die sich schnell und effektiv Kenntnisse in Office-Anwendungen aneignen möchten.

Android-Smartphone und Tablet im Griff

Für Fortgeschrittene

Sie haben im Einsteigerkurs Interesse an Ihrem digitalen Gerät gefunden oder bringen die entsprechenden Kenntnisse mit und möchten mehr? In diesem Fortgeschrittenenkurs haben Sie die Chance, passende Apps für Ihre Einsatzbereiche zu finden. Sie können dabei auch Ihr Smartphone oder Tablet lernen zu entrümpeln und Inhalte auf eine mitgebrachte Micro-SD-Speicherkarte zu kopieren. Sie können den Abgleich von Daten zwischen Ihrem Smartphone und Tablet und dem Computer kennenlernen. Auch die Welt alternativer App-Anbieter wird anschließend kein Buch mit sieben Siegeln mehr für Sie sein. Bringen Sie neben Ihrem Smartphone oder Tablet gerne ihre Fragen und einen USB-Stick mit 2 GB mit.

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jan Mundhenk
Mi - Fr, 27.05. - 29.05.,
18.00 - 21.15 Uhr, 3 Abende
50,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 20.05.
KursNr: 547412

Bedienung und Tipps für Windows Phone Handys

Windows Phone 7 und 8
Intensiv-Seminar

Der Newcomer unter den mobilen Betriebssystemen bietet interessante Funktionen und Möglichkeiten. Lernen Sie hier alles über Windows Phone 7 und 8.

- Die ersten Schritte mit dem System
- Steuerung auf dem Touchscreen
- Vornehmen von Einstellungen
- Einrichtung von E-Mail Konten, Kontakten und sozialen Netzwerken
- Individualisierung des Handys
- Anbindung an Microsoft Dienste
- Installation von Apps

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jan Mundhenk
Sa, 18.04., 09.00 - 16.15 Uhr
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 11.04.
KursNr: 547515

Windows 8 – Kompakter Umstieg/Einstieg

Intensiv-Seminar

In diesem Kurs lernen Sie schnell und systematisch die wichtigsten Funktionen und Bedienkonzepte von Windows 8 kennen und nutzen. Sie erhalten viele Infos und Tipps für ein effizientes Arbeiten mit der ganz neuen Oberfläche, dem aktualisierten Startbildschirm, dem Desktop, der Taskleiste und den Fenstern. Sie erlernen den richtigen Umgang mit speziellen Windows-8-Programmen (Windows-8-Apps) und wie Sie weitere Apps beziehen können. Außerdem erfahren Sie, wie sich Dateien und Ordner problemlos mit dem neuen Explorer - jetzt mit Menüband - verwalten lassen. Zusätzliche Tipps für die Bedienung von Windows 8 ohne Maus und Tastatur (per berührungsempfindlichem Bildschirm, z. B. mit einem Tablet-PC) runden den Kurs ab. Geeignet für Computerbesitzer/innen mit Windows 7 und Windows 8.

Inhalte:

- Erste Schritte mit Windows 8
- Desktop-Apps und Fenster nutzen
- Mit der Windows-Hilfe Probleme lösen
- Den Explorer kennenlernen
- Ordner und Dateien verwalten
- Professionell mit dem Explorer arbeiten
- Windows individuell einrichten
- Windows mit Gesten steuern (ohne Maus und Tastatur)

Teilnahmevoraussetzung: Level 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Sa, 28.02., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 21.02.
KursNr: 547715

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Sa, 20.06., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 13.06.
KursNr: 547615

MS Word Einstieg

Intensiv-Seminar

Sie haben Word am Arbeitsplatz oder privat zur Verfügung, haben das Programm bisher aber nur wenig oder gar nicht genutzt. Nun möchten Sie sich schnell und gezielt in Word einarbeiten? Sie erlernen in diesem Seminar anhand praxisbezogener, leicht nachvollziehbarer Bespiele den effektiven Umgang mit MS Word.

Inhalte:

- Eingeben, Markieren, Bearbeiten und Korrigieren von Texten
- Textgestaltung mit Hilfe von Zeichen-, Absatz- und Seitenformatierung
- Kopieren, Ausschneiden, Drag & Drop
- Nummerierung und Aufzählung
- AutoText (Textbausteine), AutoKorrektur
- einfache Kopf- und Fußzeilen, automatische Seitennummern
- Grundlagen von Tabellen und Tabulatoren
- Speichern, Drucken
- Tipps und Tricks

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Sa, 28.02., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 21.02.
KursNr: 547815

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Cornelia Szalies
Di + Do, 14.04. + 16.04.,
18.00 - 21.15 Uhr, 2 Abende
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 07.04.
KursNr: 547912

MS Word Aufbau

Intensiv-Seminar

In diesem Seminar festigen und erweitern Sie Ihr Word-Grundwissen. Sie erfahren, wie Sie Vorlagen nutzen und anspruchsvolle Textverarbeitungsaufgaben lösen. Zusätzlich lernen Sie neue Funktionen kennen, die Zeit sparen und Ihre tägliche Arbeit vereinfachen.

Inhalte:

- Formatvorlagen nutzen, selbst erstellen, bearbeiten und löschen
- Dokumentvorlagen erstellen
- Seitengestaltung, Abschnittwechsel, Spaltensatz
- Einbinden und Verknüpfen von Tabellen und Grafiken
- Tabulatoren und Tabellen effektiv einsetzen
- Arbeiten mit Kopf- und Fußzeilen
- Datenaustausch mit anderen Programmen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Sa, 21.03., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 14.03.
KursNr: 548115

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Cornelia Szalies
Di + Do, 19.05. + 21.05.,
18.00 - 21.15 Uhr, 2 Abende
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 12.05.
KursNr: 548012

MS Word Seriendruck

Intensiv-Seminar

Ob Briefe, Etiketten, Verzeichnisse, Umschläge oder E-Mails - immer dann, wenn ein Dokument an viele Empfänger verschickt werden soll, ist die Serienbrieffunktion hilfreich. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie damit schnell und effizient individuelle Drucksachen entwickeln.
Wenn Sie Word über die Grundfunktion hinaus nutzen möchten, dann sind Sie hier genau richtig!

Inhalte:

- Tabellen erstellen und bearbeiten
- Geschäftsbrief nach DIN 5008
- verschiedene Seriendruckdokumente erstellen und bearbeiten
- unterschiedliche Datenquellen einfügen / importieren
- Bedingungsfelder einfügen
- Felder in Seriendruckdokumenten verwenden
- Inhaltsverzeichnisse schnell erstellen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Sa, 09.05., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 02.05.
KursNr: 548215

SOFTWARE ZUM SONDERPREIS
FÜR VHS-KURSTEILNEHMER
vhs

- Spezielle Angebote von Autodesk, Corel & Mindjet.
- Grafik, Design, 3D, CAD, Ditigal-Fotografie & Video-Trainings.
- Reguläre Angebote rund um Windows, Office & Co.

Mehr Informationen zu unserem Angebot:
www.cobra-shop.de/vhs

In Kooperation mit dem Deutschen Volkshochschul-Verband e.V.

Besuchen Sie cobra-Shop auf Facebook:
www.facebook.com/cobrashop

MS Word Geschäftskorrespondenz

Intensiv-Seminar

In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie sich Vorlagen für Geschäftsbriefe und Rechnungen erstellen und Formulare sinnvoll gestalten.

Inhalte:

- Formulare erstellen
- Inhaltssteuerelemente einfügen und bearbeiten
- Eigenschaften bestimmter Inhaltssteuerelemente festlegen
- Formulare schützen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Mo + Di, 23.03. + 24.03.,
18.00 - 21.15 Uhr, 2 Abende
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 16.03.
KursNr: 548315

MS Excel Einstieg

Intensiv-Seminar

Was ist eine Tabellenkalkulation, was kann ich damit machen und wie ist die Funktionsweise? Sie haben bereits EDV-Kenntnisse und möchten Excel auf den „Grund“ gehen? Dann sind Sie hier genau richtig!

Inhalte:

- Funktionsweise von Excel
- Erstellen, Öffnen, Speichern und Schließen von Arbeitsmappen
- Eingaben und Bearbeiten von Daten
- - Verändern der Tabellenstruktur
- relative und absolute Zellbezüge
- Zellformate
- einfache Berechnungen
- kleine Funktionen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Sa, 07.03., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 28.02.
KursNr: 548415

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Cornelia Szalies
Di + Do, 28.04. + 30.04.,
18.00 - 21.15 Uhr, 2 Abende
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 21.04.
KursNr: 548512

MS Excel Aufbau

Intensiv-Seminar

Sie haben vor längerer Zeit einmal einen Excelkurs besucht und möchten Ihre Kenntnisse wieder auffrischen? In diesem Kurs schauen wir uns noch einmal Formeln und Funktionen an, erstellen Listen und Diagramme.

Inhalte:

- Arbeiten mit Namen
- Funktionen anwenden (WENN, SVERWEIS, ...)
- Funktionen verschachteln
- Arbeitsmappen effektiv nutzen
- Zellbezüge aus anderen Tabellenblättern verwenden
- Zellbezüge aus anderen Arbeitsmappen nutzen
- Grundlegendes zu Diagrammen
- Diagramme erstellen
- Auswahl verschiedener Diagrammtypen
- Diagrammbearbeitung

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Mo + Mi, 04.05. + 06.05.,
18.00 - 21.15 Uhr, 2 Abende
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 27.04.
KursNr: 548715

S.Geissler_pixelio

MS Excel – Pivot-Tabellen, Sortieren und Filtern

Intensiv-Seminar

Datenbestände mit Excel verwalten und auswerten.
Sie lernen in diesem Kurs anhand praktischer Beispiele Ihre Datenbestände effektiv zu erfassen, zu bearbeiten und abzufragen.

- Gültigkeitsprüfungen
- Daten sortieren und filtern
- Pivot-Tabelle erstellen
- Pivot-Tabelle als Diagramm grafisch darstellen
- Datenbankfunktionen von Excel
- Duplikat-Suche

Teilnahmevoraussetzungen: Level 3
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Mo + Mi, 15.06. + 17.06.,
18.00 - 21.15 Uhr, 2 Abende
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 08.06.
KursNr: 548815

Excel – Einführung in das Arbeiten mit Makros

Intensiv-Seminar

Erlernen Sie das Arbeiten mit Makros in Excel und erleichtern Sie sich damit Ihren Arbeitsalltag. Routineaufgaben lassen sich mit Makros einfach und schnell erledigen. Belegen Sie eigene Schaltflächen mit Befehlen. Bekommen Sie einen Einblick in die VBA Programmierung zum Modifizieren vorhandener Makros.

Inhalte:

- Was sind Makros?
- Formatieren mit Makros
- Sortieren und Filtern mit Makros
- Berechnungen mit Makros
- Schaltflächen und Makros
- Dateiübergreifende Makros
- Grundlegender Einblick in VBA für Excel

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Sa, 07.03., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 28.02.
KursNr: 548915

MS Outlook

Intensiv-Seminar

E-Mails verschicken und alle Termine, Kontakte, E-Mails, Aufgaben und Notizen an einer Stelle verwalten - das alles lässt sich zeitsparend mit Outlook erledigen. Den Kalender und Posteingang für Kolleginnen und Kollegen frei geben und die Zugriffrechte verwalten. In diesem Seminar arbeiten Sie sich schnell und gründlich in Outlook ein. Sie werden mit der Arbeitsweise und den grundlegenden Funktionen des Programms vertraut und lernen, wie Sie Outlook auf Ihre individuellen Anforderungen ausrichten.

Inhalte:

- Arbeitsumgebung von Outlook
- Termine und Ereignisse bearbeiten und verwalten
- Besprechungen planen und organisieren
- Erinnerungsfunktion und Terminserien einrichten
- E-Mails empfangen, bearbeiten, versenden und verwalten
- E-Mails mit Anhang versenden
- Kontakte erstellen und verwalten
- Organisation und Delegation von Aufgaben
- Mit Outlook im Team arbeiten

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Mo + Mi, 11.05. + 13.05.,
18.00 - 21.15 Uhr, 2 Abende
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 04.05.
KursNr: 549015

TIPP

„Kleingedrucktes“
Die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS“ sind – klar und gut leserlich – auf der vorletzten Seite abgedruckt.

Microsoft® IT Academy
Program Member

Informationsmanagement mit Microsoft OneNote

Intensiv-Seminar

OneNote ist ein elektronisches Hightech-Notizbuch, das mittlerweile in fast allen Microsoft-Office-Paketen enthalten ist und sich zunehmender Beliebtheit erfreut. Nach diesem Kurs können auch Sie die Vorteile von OneNote gegenüber dem „Notizblock aus Papier“ nutzen. Sie halten nicht nur Textnotizen fest, sondern auch Zeichnungen, Tabellen, Grafiken, Fotos, Weblinks, Screenshots oder Audionotizen. Sparen Sie zukünftig viel Zeit, denn in OneNote strukturieren und kategorisieren Sie Ihre Notizen und finden diese dadurch blitzschnell. Zusätzlich erfahren Sie, wie Sie OneNote durch die Zusammenarbeit mit anderen Office-Programmen sowie den Einsatz von OneNote in Teams noch effektiver einsetzen können.

Kurs**Inhalte:**

- OneNote kennenlernen
- Erste Schritte mit OneNote
- Inhalte erfassen und verwenden
- Integration anderer Office-Apps
- Im Team arbeiten
- Anwendungsbeispiele für die Praxis

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jan Mundhenk
Sa, 30.05., 09.00 - 16.15 Uhr,
So, 31.05., 09.00 - 12.15 Uhr
99,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 23.05.
KursNr: 549115

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jan Mundhenk
Sa, 27.06., 09.00 - 16.15 Uhr
So, 28.06., 09.00 - 12.15 Uhr
99,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 20.06.
KursNr: 549212

Zeitmanagement mit Outlook

Intensiv-Seminar

Egal ob im Arbeitsleben oder in der Freizeit: Zeit stellt in der heutigen Gesellschaft eine der wichtigsten Ressourcen dar, die sinnvoll genutzt werden sollte. In diesem abwechslungsreichen Kurs werden Ihnen dazu nicht nur die notwendigen theoretischen Kenntnisse vermittelt. Sie lernen zudem, wie Ihnen Outlook konkret hilft, im Berufsleben und privat Ihre Ziele effizienter zu erreichen. Neben den Grundlagen des Zeitmanagements lernen Sie, Ziele festzulegen, Prioritäten zu setzen und bei der Tagesplanung bewährte Planungstechniken zu nutzen. Sie erfahren alles Wichtige über die Grundlagen der Arbeitsorganisation und lernen, Besprechungen zu organisieren und den Tagesablauf aktiv zu gestalten. Parallel dazu lernen Sie, wie Sie für sich selbst und im Team die Outlook-Module E-Mail, Kalender und Aufgaben praktisch nutzen.

Inhalte:

- Zeit managen - die Grundlagen
- Ziele festlegen
- Prioritäten setzen/ Aufgaben in Outlook definieren
- Tagesplanung/ Termine und Terminserien in Outlook erfassen
- Arbeitsorganisation/ E-Mail-Organisation
- Besprechungen organisieren/ Besprechungen in Outlook
- Ordnung schaffen/ Ordnungssysteme in Outlook nutzen
- Den Tagesablauf gestalten
- Arbeiten im Team/ Team-Funktionalitäten von Outlook nutzen
- Arbeitsabläufe vereinfachen/ Umfrage-E-Mails, Schnellbausteine und Regeln in Outlook nutzen
- Selbstdisziplin steigern

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Di + Do, 17.03. + 19.03.,
18.00 - 21.15 Uhr, 2 Termine
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 10.03.
KursNr: 549315

Überzeugend Präsentieren mit Power Point: Überzeugen statt langweilen

Intensiv-Seminar

Ob Projektvorstellungen vor Kollegen oder Präsentationen vor Kunden, lernen Sie Ihre Präsentationsstärken erfolgreich einzusetzen.
Oft werden mit PowerPoint komplexe Inhalte auf die immer gleiche Darstellung reduziert, Gedanken in Einbahnstraßen gelenkt und das Auge mit schrillen Überblendeeffekten und unüberschaubaren Datenbergen gepeinigt – Phrasendreschen inklusive. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie es auch anders geht. Sie lernen die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Präsentation von der Planung über die Erstellung und Visualisierung der Folien bis hin zum persönlichen Auftreten während der Präsentation und der Nachbereitung Ihres Vortrages.
Zielgruppe:

- Alle Arbeitnehmer/-innen
- Wiedereinsteiger/-innen in kaufmännischen Berufen

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gabriele Pape
Mo + Mi, 11.05. - 20.05.,
18.00 - 21.15 Uhr, 4 Abende
129,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 04.05.
KursNr: 549412

TIPP

Wir sind für Sie da!
Alle Kontaktmöglichkeiten Ihrer VHS in Stadthagen, Rinteln und Bückeburg finden Sie auf Seite 3 in diesem Heft.

VHS Schaumburg

Raspberry Pi

Workshop, Intensiv-Seminar

Der Raspberry Pi (http://www.raspberrypi.org/) ist ein voll ausgestatteter Rechner im Scheckkartenformat. Er läuft mit freier Software (Linux) und ist für etwa 40 EUR zu haben. Mit etwas Programmierarbeit und ein wenig zusätzlicher Hardware kann man die unterschiedlichsten Projekte vom vollautomatischen Kochtopf über eine Retro-Spielkonsole bis zum Selbstbau-Laptop verwirklichen. Eine kleine Auswahl der Möglichkeiten finden Sie bei http://neuerdings.com/tag/raspberry-pi/ .
In diesem Workshop wollen wir uns zunächst mit den Grundlagen vertraut machen. Dazu gehören die erste Inbetriebnahme, das Installieren eines Betriebssystems und das Einbinden in ein Netzwerk.
Weiter wollen wir uns mit den Anschlüssen und Möglichkeiten des GPIO-Ports beschäftigen. Dazu wollen wir die Anschlüsse in den Sprachen Scratch und Python programmieren An Stationen wollen wir uns dann mit weiteren Möglichkeiten wie den Anschluss einer Kamera, Einsatz von Bewegungs- und Temperatursensoren und Steuerung externer Geräte vertraut machen.
Es ist sinnvoll, jedoch nicht Voraussetzung, dass Sie einen eigenen Raspberry Pi mit einer SD-Karte (mindestens 4 GB) und Stromversorgung (USB-Netzteil) mitbringen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Peter Bollmann
Sa, 14.03., 09.00 - 16.15 Uhr
Sa, 21.03., 09.00 - 16.15 Uhr
116,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 07.03.
KursNr: 549512

Webseiten erstellen und bearbeiten mit Jimdo Teil 1

Für Privatanwender, Vereine, kleinere Firmen

Sie möchten eine eigene Homepage im Internet erstellen, ohne sich spezielle Software anzuschaffen.
Sie haben bereits Vorstellungen wie Ihre Internetseite soll, wissen aber nicht, wie Sie diese umsetzen sollen.
Es soll schnell und einfach umzusetzen sein.
Ihre Internetseite soll von jedem Internetzugang leicht änderbar sein
Das ganze sollte möglichst kostenlos oder kostengünstig machbar sein. Sie

- planen Ihren Webauftritt,
- erstellen und bearbeiten Webseiten mit Texten, Fotos und Tabellen,
- fügen Formulare (Kontaktformular, Gästebuch) ein,
- fügen eine Landkarte mit Standortangabe ein,
- stellen mittels Besucherzähler fest wie viel Besucher ihre Seite aufrufen
- erstellen einen eigenen Blog
- bieten Dateien zum Herunterladen an
- erstellen ein Impressum für Ihre Internetseite

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1 und Zugang zum eigenen E-Mail-Postfach über das Internet
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jürgen Enders
Fr, 20.02., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 21.02., 09.00 - 16.15 Uhr
So, 22.02., 09.00 - 12.15 Uhr
81,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 48,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 13.02.
KursNr: 549615

Der eigene Webauftritt JIMDO Teil 2

Fortsetzung des ersten Kurses „Der eigene Webauftritt JIMDO Teil 1“

Für Privatanwender, Vereine, kleinere Firmen

- Einführung in den Einsatz von HTML-Code, CSS und JAVA-Scripten
- Mehrsprachige Website aufbauen
- Gestaltung der Webseite mit verbundenen Tabellen
- Erstellen und Einbinden von Flash-Dateien mit Wondershare (Demo)
- Bereitstellen und Zugriff auf eigene Videodateien
- Einsatz einer einfachen und vielseitige Bildbearbeitung für ansprechbare Webseiten
- Übergang zur den kostenpflichtigen Webseite JIMDO Pro
- Einrichten eines Online-Shops
- JimdoPro-Statistiken - Woher kommen die Webseitenbesucher eigentlich?
- Weit oben in den Ergebnissen bei Suchmaschinen stehen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1,Teilnahme am Kurs „Der eigene Webauftritt JIMDO Teil 1“, Zugang zur eigenen JIMDO-Webseite
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jürgen Enders
Fr, 12.06., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 13.06., 09.00 - 16.15 Uhr
Sa, 20.06., 09.00 - 16.15 Uhr
82,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.06.
KursNr: 549715

Linux für Umsteiger/innen und Einsteiger/innen

Vortrag mit Diskussion

Seit im April 2014 die Unterstützung für Windows XP eingestellt wurde, wird es riskant, weiter XP zu verwenden, vor allem im Internet. Bedeutet dies, dass man sich jetzt einen neuen Rechner kaufen und wieder von vorn lernen muss, ein ganz neues Windows-System zu bedienen? Nicht unbedingt. Die Stadt München etwa verteilt gratis CDs mit ubuntu-Linux an ihre Bürger/innen, um zu zeigen, dass es auch anders geht. In der Tat: Linux läuft nicht nur auf neuen Geräten, sondern auch auf älteren. Man kann zwischen verschiedenen Oberflächen wählen, und die meisten funktionieren so wie man es gewohnt ist. Es sind sehr viele Programme für alle Zwecke verfügbar. Linux gilt als sehr stabil und sicher. Und das alles ist nicht kommerziell und gratis. Wer mehr Informationen sucht, bekommt an diesem Abend einen Überblick über Linux, seine Varianten, Eigenschaften und Einsatzmöglichkeiten.
Als mögliche Fortsetzung wird im Kurs „Linux/ubuntu installieren und nutzen“ die praktische Umsetzung angeboten.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dr. Michael Schalich
Mi, 18.02., 18.00 - 21.15 Uhr
16,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 11.02.
KursNr: 549815

Linux installieren und nutzen

Der Kurs wendet sich an alle, die Linux (z.B. ubuntu) gern kennenlernen würden, sich aber an die Installation alleine nicht herantrauen. Zum Ausprobieren wird Linux meist als zusätzliches Betriebssystem neben ein bestehendes Windows-System installiert. Beim Starten kann man dann wählen, ob man mit Windows oder mit Linux arbeiten will. So kann man es testen und vergleichen, ohne sich im Voraus festlegen zu müssen. Genau das werden wir im Kurs praktisch durchführen. Wir werden Linux aufsetzen, ohne andere Systeme zu entfernen. Wir werden lernen, das System nach unseren Bedürfnissen einzurichten und zu verwalten, zusätzliche Programme zu installieren und vorhandene Dateien unter Linux zu verwenden.
Der Besuch des Einführungs-Vortrags „Linux für Ein- und Umsteiger“ ist sinnvoll, aber nicht Bedingung.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dr. Michael Schalich
Mo + Mi, 16.03. - 23.03.,
18.00 - 21.15 Uhr, 3 Abende
50,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 26,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 09.03.
KursNr: 549915

TIPP

Angebot vor Ort
Sie suchen einen Kurs in Ihrer Stadt? Ab Seite 137 in diesem Heft finden Sie ein übersichtliches Verzeichnis.

Linux

Was sind „Microsoft Office Specialist“-Prüfungskurse? (MOS)

Der professionelle Umgang mit Microsoft Office ist heute für die meisten PC-Anwender/innen wichtiger denn je, denn Microsoft Office gilt als der Standard der Bürosoftware. Ein Nachweis dieser Kompetenz ist ein entscheidendes Kriterium für mehr beruflichen Erfolg. Microsoft bietet deshalb allen Office-Anwendern/innen im privaten und geschäftlichen Bereich ein spezielles, autorisiertes Programm zur Überprüfung der Kenntnisse im Umgang mit den Microsoft Office-Produkten an: das Microsoft Office Specialist Programm, ein weltweit einheitliches und anerkanntes Zertifizierungsprogramm im Microsoft Office-Bereich.
Die Teilnehmer/innen werden sicherer im Umgang mit den einzelnen Office-Komponenten, ihre Arbeitsweise wird effizienter und produktiver - ein unschlagbares Plus auf dem Arbeitsmarkt. Denn für zahlreiche Unternehmen gilt ein Zertifikat als Microsoft Office Specialist als wichtiger Qualitätsnachweis.
Das Microsoft Office Specialist Programm umfasst unterschiedliche Zertifizierungsmöglichkeiten. Jede/r Teilnehmer/in kann, je nach dem aktuellen Wissenstand, zwischen den einzelnen Möglichkeiten wählen.

Specialist-Zertifikat
Mit dieser Zertifizierung haben Sie Ihre Basiskenntnisse in EINER der folgenden Office-Anwendungen bewiesen: Microsoft Word, Excel, Access, PowerPoint oder Outlook.

Expert-Zertifikat
Das Expert-Zertifikat bescheinigt Ihnen erweiterte Kenntnisse in EINER der folgenden Office-Anwendungen: Microsoft Word oder Microsoft Excel.

Master-Zertifikat
Mit diesem Zertifikat stellen Sie Ihr perfektes Können in VIER der fünf Office-Komponenten unter Beweis. Voraussetzung ist das erfolgreiche Ablegen der nachfolgenden Prüfungen - eine zusätzliche Prüfung ist nicht erforderlich: Microsoft Word (Expert), Excel (Expert), PowerPoint; Wahlprüfung: Access oder Outlook.

Master Instructor-Zertifikat
Mit diesem Zertifikat lassen Sie sich zum Trainer (Master Instructor) speziell für das Microsoft Office Specialist Programm zertifizieren. Voraussetzungen sind u.a. das Master-Zertifikat plus einer weiteren Prüfung in Access oder Outlook (je nachdem, welche Wahlprüfung Sie für das Master-Zertifikat absolviert haben) sowie der Nachweis Ihrer didaktischen Fähigkeiten.

BU

Microsoft Office 2010

Bildungsurlaub – Vorbereitung auf das MOS-Zertifikat

In diesem Bildungsurlaub werden Sie auf die MOS-Prüfungen für die Programme Word, Excel, PowerPoint und Outlook 2010 vorbereitet. Sie können die Prüfung(en) direkt im Anschluss an den Bildungsurlaub ablegen oder sich zu einem späteren Zeitpunkt anmelden.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 3

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Mo - Do, 20.04. - 23.04.,
09.00 - 16.15 Uhr,
Fr, 24.04., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
217,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 116,00 EUR
zzgl. jeweils ca. 80,00 EUR Prüfungsgebühr
Anmeldeschluss: 09.03.
KursNr: 54AA15

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Mo - Do, 05.10. - 08.10.,
09.00 - 16.15 Uhr,
Fr, 09.10., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
217,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 116,00 EUR
zzgl. jeweils ca. 80,00 EUR Prüfungsgebühr
Anmeldeschluss: 24.08.
KursNr: 54AB15

TIPP

Anmeldung
Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

In Zusammenarbeit mit der VHS Hameln-Pyrmont

Einfach Homepages erstellen mit dem Joomla-CMS

Für Einsteiger

Joomla ist ein kostenloses Content Management System, anhand dessen man schnell und ohne große Programmierkenntnisse ansehnliche Homepages gestalten kann. Content Management System, kurz auch CMS genannt.
In diesem Einsteigerkurs vermittle ich die Grundlagen von Joomla in der jeweils neuesten Version. Wir verschaffen uns einen ersten Einblick in das Backend, lernen wie man neue Beiträge anlegt, Menüstrukturen erstellt und erlernen den Umgang mit Erweiterungen, wie
Module, Komponenten und Plug-Ins. Außerdem beschäftigen wir uns mit den Templates, welche der Seite das notwendige Aussehen/Design verleihen. Wir lernen, wie man ein einfaches Template installiert und einrichtet und die Seite nach seinen eigenen Vorstellungen anpasst.
Voraussetzungen: Computer Grundkenntnisse und erste Erfahrungen im Internet.
Christa Schulte
Samstag, 28.03.2015, 09.00-16.30 Uhr
Hameln, VHS-Haus, Sedanstr. 11
Gebühr: 64,00 EUR (8 USTD.)
KursNr in Hameln: 501710HM

Homepage ausbauen mit dem Joomla-CMS

Für Fortgeschrittene

In diesem Kurs wollen wir uns einmal näher mit den vielfältigen Möglichkeiten von Joomla auseinandersetzen. Wir werden einzelne Erweiterungen genauer unter die Lupe nehmen, und tiefer in die Template Gestaltung eintauchen. Wir lernen, wie man eine Sicherung der Seite anlegt, wie man die Seite für Suchmaschinen optimiert und wie man ein Kontaktformular anlegt. Der Kurs wird sich auch ein bisschen nach den Bedürfnissen der Teilnehmer gestalten und baut auf dem vorherigen Einsteigerkurs auf. Wer diesen Kurs nicht besucht hat, sollte also zumindest Grunderfahrungen im Umgang mit Joomla mitbringen.

Christa Schulte
Sonntag, 24.05.2015, 09.00-16.30 Uhr
Hameln, VHS-Haus, Sedanstr. 11
Gebühr: 44,00 EUR (8 USTD.)
KursNr in Hameln: 501711HM

Typo3 für Redakteure

Part 1

Die Programmierung der Webseiten – bisher nur über HTML erstellt – erfolgt in zunehmendem Maß durch moderne CMS-Systeme. Dadurch wird das Aktualisieren der Webseite durch den Besitzer selbst immer leichter gemacht. Dieser Kurs macht Sie mit TYPO3 vertraut. TYPO3 ist ein CMS für professionelle Webseiten, das ständig an Bedeutung gewinnt.
Lernen Sie in diesem Kurs wie Sie als Redakteur Inhalte anlegen und verwalten.

Inhalt:

- Anmeldung und Überblick über das Backend
- Seitenbaum und Seiteneigenschaften
- Seiten verschieben und kopieren, anlegen und umbenennen
- Rich Text Editor
- Inhaltselemente
- Seiten/Inhalte zeitgesteuert veröffentlichen
- Zugriffgeschützte Seiten/Inhalte
- Arbeiten mit Dateien
- Arbeiten in der Listen-Ansicht
- Tipps zur Verwendung von Bildern im Internet

Christa Schulte
Samstag, 11.04.2015, 09.30-16.30 Uhr
Hameln, VHS-Haus, Sedanstr. 11
Gebühr: 69,00 EUR (8 USTD.)
Abmeldefrist: 02.04.2015
KursNr in Hameln: 501712HM

Typo3 für Redakteure

Part 2 für Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits am ersten Kurs teilgenommen haben oder entsprechende Kenntnisse besitzen.
Christa Schulte
Sonntag, 12.04.2015, 09.30-16.30 Uhr
Hameln, VHS-Haus, Sedanstr. 11
Gebühr: 44,00 EUR (8 USTD.)
KursNr in Hameln: 501713HM

Mobilfunktaugliche Webseiten erstellen

Mobile Endgeräte wie Smartphones, Tablet PCs u.a. gewinnen heutzutage immer mehr an Bedeutung. Auch das Surfen im Internet mit einem Mobilen Gerät ist heute fast schon eine Selbstverständlichkeit. Um eine optimale Darstellung einer Homepage auf eben diesen Geräten zu erreichen, ist es notwendig, die Homepage entsprechend anzupassen und „responsive“, also mobilfunktauglich zu erstellen.
In diesem Kurs vermittle ich die Grundlagen und verschiedenen Möglichkeiten der Erstellung eines Responsive Design in standardkonformer Webseitengestaltung.
Voraussetzung: Kenntnisse in der Homepagegestaltung oder HTML.
Christa Schulte
ab Di., 14.04.2015, 18.00-21.15 Uhr
(4 x)
Hameln, VHS-Haus, Sedanstr. 11
Gebühr: 88,00 EUR (16 USTD.)
KursNr in Hameln: 501714HM

Adobe Ideas auf Ihrem iPad

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und erstellen Sie mit dem kleinen Bruder von Photoshop auf Ihrem iPhone, iPad oder iPod touch Kunstwerke. Zeichnen Sie auf einem weißen Papier oder verschönern Sie zuvor geschossene Fotos. Die fertigen Bilder können Sie dann per Mail verschicken oder einfach im Foto-Ordner speichern. Neben zehn verschiedenen Ebenen stehen Ihnen Pinsel in allen Stärken und Farben zur Verfügung. Zusätzlich können Sie noch die Deckkraft der einzelnen Striche individuell anpassen. Bis zu 50 Arbeitsschritte speichert die App und lässt Sie so Bearbeitungen rückgängig machen.
Voraussetzung: Ein Apple iPad muss mitgebracht werden
Sigrid Halfpap
Samstag, 14.03.2015, 10.00-13.15 Uhr
Hameln, VHS-Haus, Sedanstr. 11
Gebühr: 22,00 EUR (4 USTD.)
KursNr in Hameln: 501611HM

Meine Chat App

Programmieren sie eine eigene Android Chat App um mit Freunden zu kommunizieren. Schaffen sie eine Grundlage zu der sie verschlüsselte Kommunikation und Daten Austausch hinzufügen können.
Ziel des Kurses ist einen Einstieg in die Android Software Entwicklung zu erhalten und eine eigene selbst entwickelte Applikation in der Hand (bzw. auf den Smartphone) zu haben. Gemeinsam wird eine „Netzwerk Chat App“ entwickelt, die als Grundlage/ Beispiel für eigene Projekte dienen soll und anhand derer Android Programmierung erklärt wird. Der Kurs richtet an Personen die grundsätzlich mit den programmieren von Software vertraut sind und sich für Android Software Entwicklung interessieren. Voraussetzung für den Kurs ist somit schon in einer Hochsprache programmiert zu haben und grundsätzlich den Umgang mit einer IDE beherrschen. Android „Apps“ werden vorwiegend in Java entwickelt somit sollte man in der Lage sein Java oder verwandte Programmiersprachen (C, C#...) zu verstehen. Computer mit der IDE „Eclipse“ sind vorhanden.
Es wird empfohlen sein Android Smartphone zum Testen der App mitzubringen.
Bei Fragen stehe ich gerne zur Verfügung. android.kurs@merona.de
Merlin Hofmann
Di.+Do., ab 28.10.14, 18.00-21.15 Uhr (3x)
Hameln, VHS-Haus, Sedanstr. 11
Gebühr: 66,00 EUR (12 USTD.)
KursNr in Hameln: 501612HM

Apps – beliebter denn je: Die Top 20 im Überblick

Apps sind aus der heutigen Smartphone- oder Tabletwelt nicht mehr wegzudenken. Aber kennen Sie sich mit „der Szene“ aus? Wie erhalten Sie die neuesten und besten Apps? Wissen Sie, welche Rechte Sie ihnen einräumen? Dies und viel mehr besprechen wir im Kurs.
Inhalte:
- Bezugsmöglichkeiten
- Kostenlos oder kostenpflichtig?
- Nützliche und sinnvolle Apps
- Berechtigungen
- Tipps zur Sicherheit

Voraussetzungen: Grundkenntnisse im Umgang mit Ihrem Smartphone oder Tablet
Renate Meißner
Samstag, 21.02.2015, 09.00-16.30 Uhr
Hameln, VHS-Haus, Sedanstr. 11
Gebühr: 39,00 EUR (8 USTD.)
KursNr in Hameln: 501600HM

Ansprechpartner und Anmeldung:
Thomas Amelung
VHS Hameln-Pyrmont
Fachbereichsleitung Foto, Technik, Stellvertretend EDV, Arbeit und Wirtschaft
Telefon: 05151 948219
amelung@vhs-hameln-pyrmont.de

TIPP

Wir sind für Sie da!
Alle Kontaktmöglichkeiten Ihrer VHS in Stadthagen, Rinteln und Bückeburg finden Sie auf Seite 3 in diesem Heft.

Warum gibt es Kurse für Seniorinnen und Senioren?

„Wer rastet, der rostet“ – das gilt nicht nur für den Körper, sondern auch für den Geist. Das Gehirn eines Erwachsenen bleibt formbar und altert weniger, wenn es entsprechend angeregt wird. Wer körperlich gesund ist und eine positive lebensbejahende Einstellung hat, bringt die besten Voraussetzungen zum Training mit. Besonders wichtig ist auch die Pflege von Sozialkontakten, denn eine rege Kommunikation unterstützt das Lernen im Alter.

Ältere Menschen lernen meist etwas langsamer.
Neues Wissen müssen sie anders in bereits vorhandenes einbetten. Dies ist oft mit großen Anstrengungen verbunden. Ihr Gehirn selektiert daher mehr, ob und was es speichert. Dafür verfügen Senioren/innen über ein besonders hohes Konzentrationsvermögen und große Ausdauer.

Aus diesem Grund gelten folgende Grundsätze für das Lernen:
Lernen kann man ein Leben lang. Dazu muss der Geist wie ein Muskel trainiert werden. Im Alter müssen die Lerninhalte Qualität haben. Am besten lernt man im Alter gemeinsam, denn Kommunikation und soziale Kompetenzen fördern die Lernaufnahme.

Ab wann gehört man zu den Senioren/innen?
Schon hier scheiden sich die Geister. Manch einer ist beleidigt, wenn er ab 50 oder 55 bereits zu den Seniorinnen und Senioren zählen soll. Andere zählen sich „freiwillig“ zu den Senioren/innen, wenn sie ihr Berufsleben beenden oder sich die ersten Enkel einstellen.
Auch wenn man bisher weder im Berufsleben noch privat mit den Themen PC und Internet konfrontiert war, kann man sich den neuen Technologien ohne Scheu nähern. Der PC wird nicht explodieren, selbst wenn man mal die falsche Taste gedrückt hat!

Nicht jeder Kurs ist für jede/n geeignet.
Auf die unterschiedlichen Altersstrukturen abgestimmt bieten wir Kurse mit entsprechendem Lerntempo an. So sind unsere Kurse, je nach Alter, an ein entsprechendes Lerntempo gekoppelt.

Intensivkurse sind geeignet für Teilnehmer/innen, die schnell das nötige Wissen vermittelt bekommen möchten. **Wochenendkurse** und **Abendkurse** bieten die Möglichkeit das Wissen etwas langsamer und mit kleinen Übungen zu verinnerlichen.

Senioren/innen-Kurse sind für jene Teilnehmenden, die die neuen Technologien und den damit verbundenen Unterrichtsstoff langsam, mit Spaß und vielen Übungen erlernen möchten.

Computer-Einstieg

Für Senioren/innen

In diesem Kurs wird die Möglichkeit gegeben, den praktischen Umgang mit dem Computer von Anfang an und grundlegend zu erlernen. Inhaltliche Schwerpunkte sind, neben der Funktionsweise und der Bedienung des PC, das Arbeiten mit dem Betriebssystem „Windows „ und eine Einführung in die Textverarbeitung als erste praktische Anwendung für den Alltag.
Geeignet für Computerbesitzer/innen mit Windows 7 und Windows 8.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 0

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jürgen Enders
Mo - Fr, 02.03. - 06.03., 12.30 - 16.45 Uhr, 5 Nachmittage
127,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 76,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial und USB-Stick
Anmeldeschluss: 23.02.
KursNr: 54AC12

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jürgen Enders
Mo + Mi + Fr, 13.04. - 24.04.,
13.30 - 17.45 Uhr, 5 Nachmittage
127,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 76,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial und USB-Stick
Anmeldeschluss: 06.04.
KursNr: 54AD15

Computer-Aufbaukurs

Aufbauend auf die Einstiegskurse „Computer-Einstieg“ und „Erste Schritte am Computer mit Windows 7/8“ erweitern wir die Grundkenntnisse im Umgang mit dem Computer um folgende Schwerpunkte:

- Systemprogramme (Datenträgerbereinigung, Defragmentierung)
- Systemsteuerung (Geräte und Drucker, Ordneroptionen, Programme und Funktionen, Benutzerkonten, Gerätemanager)
- Sicherheit des Computers (Windows Firewall, Windows Update, Wiederherstellung, Antivirenprogramme und Einstellungen)
- Internetbrowser, Erweiterungen und Sicherheitseinstellungen
- Einrichten E-Mailadresse und E-Mailprogramme (unter anderem das kostenlose Programm Mozilla Thunderbird)
- Umgang mit Dateien, Dateitypen, Dateieigenschaften)
- Installieren und Inbetriebnahme von Skype
- Zeit für Probleme und Fragen der Teilnehmer

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jürgen Enders
Di + Do, 07.07. - 21.07.,
18.00 - 21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 30.06.
KursNr: 54AX15

GG-Berlin_pixelio

Lernen Sie Ihr eigenes Notebook kennen!

Für Senioren/innen, Intensivseminar

Immer mehr Menschen kaufen lieber ein Notebook statt eines PC´s. Kleiner ist so ein Notebook, mobil ist es auch. Aber ist ein Notebook auch leicht bedienbar? In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihr eigenes Notebook besser in den Griff bekommen. Bringen Sie Ihr eigenes Notebook mit in die VHS und gestalten Sie das Betriebssystem nach Ihren Wünschen um. Inhalt: Was ist anders an der Notebook-Tastatur? Wozu sind die Anschlüsse am Notebook? Welche vorinstallierte Software ist wirklich wichtig? Wie gehe ich mit meinem Notebook um, damit es lange hält? Wo werden meine Dateien gespeichert? Wie lege ich Ordner an, verschiebe und lösche Dateien, nutze die Papierkorbfunktionen? Wie wird ein Virenscanner und eine Firewall installiert? Weitere Themen können im Kurs vereinbart werden. Der Kurs findet in einer Kleingruppe mit max. acht Teilnehmenden statt. Bitte mitbringen: Ihr Notebook, das Netzteil und wenn vorhanden das Notebook-Handbuch.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 0

Bad Nenndorf, Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstr. 67
Jürgen Enders
Mo - Fr, 09.03. - 13.03.,
09.00 - 12.15 Uhr, 5 Vormittage
157,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 02.03.
KursNr: 54AZ08

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Peter Bollmann
Mo + Mi + Fr, 20.04. - 29.04.,
14.00 - 17.15 Uhr, 5 Nachmittage
157,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 13.04.
KursNr: 54AF15

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jürgen Enders
Mo - Fr, 04.05. - 08.05.,
09.00 - 12.15 Uhr, 5 Vormittage
157,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 27.04.
KursNr: 54AE12

Auetal, Kulturzentrum „Alte Molkerei“, Rehrener Str. 8
Jürgen Enders
Mo + Mi, 11.05. - 20.05.,
09.00 - 13.00 Uhr, 4 Vormittage
157,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 04.05.
KursNr: 54AY01

Computerclub für Senioren/innen

Sie haben bereits Grundkenntnisse im Umgang mit Windows-Computern und möchten diese vertiefen und ausbauen? Sie möchten sich mit anderen Interessierten austauschen über die Möglichkeiten, die ein PC oder Notebook bietet?
Der Computerclub für Senioren/innen arbeitet bereits. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen! Wir treffen uns monatlich einmal. Bei jedem Treffen setzen wir einen Themenschwerpunkt. Die gemeinsame Themenfestlegung erfolgt am ersten Nachmittag:

- Pflege und Aktualisieren des Betriebssystems, Installation von Programmen, Verwalten von Datenträgern, Ordnern und Dateien
- Anschluss und Installation von Geräten wie Drucker, Scanner und Kamera
- Konfigurieren und Verwalten von E-Mail-Konten, Schreiben von E-Mails
- Umgang mit E-Mailanhängen wie Fotos, Worddokumente und PDF-Dateien
- Sicherheit im Internet, Antivirenprogramme und Firewall
- Recherche im Internet, Einkaufen, Online-Banking, Routenplanung
- Buchen einer Reise

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jürgen Enders
Mo, 16.02., 14.00 - 17.15 Uhr,
Mo, 16.03., 14.00 - 17.15 Uhr,
Mo, 20.04., 14.00 - 17.15 Uhr,
Mo, 18.05., 14.00 - 17.15 Uhr,
Mo, 15.06., 14.00 - 17.15 Uhr
82,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 09.02.
KursNr: 54AG12

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Peter Bollmann
Di, 17.02., 14.00 - 17.15 Uhr,
Di, 17.03., 14.00 - 17.15 Uhr,
Di, 21.04., 14.00 - 17.15 Uhr,
Di, 19.05., 14.00 - 17.15 Uhr,
Di, 16.06., 14.00 - 17.15 Uhr,
82,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 10.02.
KursNr: 54AH15

Internet Recherchieren

Für Senioren/innen

Starten Sie in das Internet und nutzen Sie dessen vielfältige Möglichkeiten! Der Kurs führt Sie systematisch an das Thema Internet heran. Sie lernen, wie Sie Internetseiten besuchen sowie Informationen im Internet suchen, finden und verwenden und sich vor Computerviren schützen.
Inhalte:

- Interessante Internetseiten finden und aufrufen
- Sie lernen das Online-Banking, das Einkaufen sowie weitere Möglichkeiten des Internets kennen.
- Sie erfahren, wie Sie gezielt Informationen im Internet suchen und Daten herunterladen können.
- Sie lernen verschiedene Sicherheitsaspekte kennen.

Zielgruppe: Alle, die bereits erste Erfahrungen mit dem Computer gesammelt haben und nun wissen möchten, wie sie im Internet Informationen suchen, finden und nutzen können.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Peter Bollmann
Mo + Mi + Fr, 09.02. - 13.02.,
14.00 - 17.15 Uhr, 3 Nachmittage
50,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 02.02.
KursNr: 54AI15

E-Mail, Skype & Co.

Für Senioren/innen

Nutzen Sie die umfangreichen Kommunikationsmöglichkeiten des Internets!
Sie lernen, wie Sie elektronische Nachrichten (E-Mail) senden und empfangen können und wie Sie sich vor Computerviren schützen.

Inhalte:

- Einrichten eines E-Mail Kontos
- Sie lernen, wie Sie elektronische Post (E-Mail) senden und empfangen.
- Weitere Kommunikationsplattformen (z.B. Skype für Video-Kommunikation)
- Sie lernen verschiedene Sicherheitsaspekte bei der Online-Kommunikation kennen.

Zielgruppe:
Alle, die bereits erste Erfahrungen mit dem Computer gesammelt haben und nun wissen möchten, wie sie die Kommunikationsmöglichkeiten des Internets nutzen können.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Peter Bollmann
Mo + Mi + Fr, 09.03. - 13.03.,
14.00 - 17.15 Uhr, 3 Nachmittage
50,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 02.03.
KursNr: 54AJ15

Gemeinsam in die Ferne schweifen

Reisevorbereitung mit dem Internet
Für Senioren/innen

Sie reisen gern, wissen aber nicht genau, wie Sie sich mit Hilfe des Internets und evtl. einem Smartphone über Ihr Ziel informieren können? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig! Wir planen zusammen eine Tagestour nach Hameln, ein Wochenende in Berlin und eine Woche in Rom. Erfahren Sie, wie Sie sich Verkehrsverbindungen raussuchen, Hotels oder den Flieger buchen, Stadtführungen planen, Theaterkarten oder einen Tisch für das Abendessen reservieren können und vieles mehr. Mit einer Tasse Kaffee oder Tee und typischem Gebäck aus unseren Zielen schließen wir unsere gemütlichen Reisevorbereitungen ab.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Renate Meißner
So, 28.06., 10.00 - 16.00 Uhr
29,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 21.06.
KursNr: 54AK15

Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch

Für Senioren/innen

Fotobücher erfreuen sich wachsender Beliebtheit. Es ist immer noch ein anderes Erlebnis, schöne Erinnerungen an Urlaub, Familienfeste oder andere Anlässe in einem Buch zu betrachten, als sie am Computer anzusehen. Fotobücher sind eine komfortable Möglichkeit, Ihre digitalen Bilder in gedruckte Form zu bringen. Die Bilder werden am PC ausgewählt, bearbeitet, nach Ihren Wünschen individuell zusammengestellt und dann über das Internet oder auf CD an ein Fotolabor geschickt, das daraus dann Ihr gebundenes Buch so erstellt, wie Sie es vorgeben. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt, wie das funktioniert. Die Teilnehmenden erhalten eine CD mit der Pixelnet-Fotobuch-Software, Gutscheine für ein Fotobuch im Wert von 30,00 EUR, sowie eine SelbstlernCD und ein Handbuch (im Preis inbegriffen). Bitte bringen Sie eigene Bilder auf CD und USB-Stick mit!
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Mo + Mi, 13.04. + 15.04.,
14.00 - 17.15 Uhr, 2 Nachmittage
34,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 06.04.
KursNr: 54AL15

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Norbert Bruns
Mo + Mi, 27.04. + 29.04.,
14.00 - 17.15 Uhr, 2 Nachmittage
34,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 20.04.
KursNr: 54AM12

Android-Smartphone und Tablet im Griff

Für Senioren/innen

Sie haben ein Smartphone oder ein Tablet mit Android-Betriebssystem und möchten mehr über die Möglichkeiten des Geräts wissen? Sie erwägen die Anschaffung eines Smartphones oder eines Tablets und benötigen Hilfe bei der Kaufentscheidung? In einfach nachvollziehbaren Schritten entdecken Sie die Funktionalität und Leistungsfähigkeit von Smartphones und Tablet-PCs. Die Inhalte im Einzelnen:

- Installation von SIM-Karte und Akku
- Das Einstellungsmenü
- Verbinden des Geräts mit dem Internet
- Verwaltung des Telefonbuchs und der Kontakte
- Versenden und Empfangen von SMS
- Einrichten eines E-Mail-Kontos
- Apps aus dem Google-Play-Store installieren
- Apps nutzen und verwalten
- Fotos erstellen und betrachten

Wenn Sie bereits ein Smartphone oder ein Tablet haben, bringen Sie dies bitte mit Ladegerät und der Bedienungsanleitung mit.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Peter Bollmann
Mo + Mi + Fr, 23.02. - 04.03.,
14.00 - 17.15 Uhr, 5 Nachmittage
82,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 16.02.
KursNr: 54AO15

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jan Mundhenk
Mo - Fr, 04.05. - 08.05.,
14.00 - 17.15 Uhr, 5 Nachmittage
84,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 27.04.
KursNr: 54AN12

TIPP

VHS + „Tropicana“
Wenn Sie einen Kurs ab 30 EUR buchen, schenken wir Ihnen einen Gutschein für einen Besuch im Spaßbad „Tropicana“.

Wirtschaftsakademie Weserbergland

Firmenschulungen an der VHS Schaumburg

Die Wirtschaftsakademie ist eine Einrichtung für berufliche und betriebliche Qualifizierung im Weserbergland. Sie ist Schnittstelle zwischen Wirtschaft und Weiterbildung.

Persönliche Beratung vor Ort, Vermittlung von Trainerinnen und Trainern, passgenau auf den Auftrag abgestimmte Angebote gehören ebenso zum Konzept wie hohe Qualität und effiziente Budgets.

Qualifizierung vor Ort spart Unternehmen und Beschäftigten Zeit und Geld. Qualität und Wirtschaftlichkeit gehen Hand in Hand.

Ob Technik oder Theorie, Sprache oder Spezialisierung - bringen Sie Ihr Unternehmen mit den Qualifizierungskonzepten der Wirtschaftsakademie auf Kurs und zum Erfolg.

Die Wirtschaftsakademie Weserbergland wird getragen von der VHS-Region Weserbergland und der Regionalen Entwicklungskooperation Weserbergland plus.

Ihr Ansprechpartner
Dirk Eickstädt
Fachbereichsleiter Berufliche Bildung
Volkshochschule Schaumburg
Telefon: 05721 787117
eickstaedt@vhs-schaumburg.de

Windows Server 2012 R2

In diesem Workshop werden alle relevanten Änderungen und Neuerungen des neuen Windows Server 2012 R2 Betriebssystems vorgestellt und die Einsatzmöglichkeiten für Firmenumgebungen aufgezeigt sowie die wichtigsten Neuerungen praktisch durchgeführt.

- Weit über 150 Neuerungen
- Neuerungen in den Remote Desktop Services
- Neuerungen in den Remote Access Services
- Active Directory Neuerungen
- Windows Subsystem Neuerungen
- DNS
- DHCP
- NPS
- Storage
- Hyper-V in Windows Server 2012 R2
- Windows Powershell
- Was hat sich am Windows 8.1 Client geändert?

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Marc Grote
Sa, 14.03., 09.00 - 16.15 Uhr
So, 15.03., 09.00 - 16.15 Uhr
326,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 07.03.
KursNr: 54AQ15

Exchange Server 2013

Neuerungen in Exchange Server 2013 – Migration von Exchange Server 2010

In diesem Intensiv-Workshop lernen Sie die wichtigsten Funktionen von Exchange Server 2013 kennen. Unter anderem wird der Migrationsprozess von Exchange Server 2010 zu Exchange Server 2013 theoretisch besprochen. Die Übungen werden anhand einer Exchange Server 2013 Umgebung praktiziert. Weitere Schwerpunkte sind die Administration von Exchange Server 2013, Datensicherung und Wiederherstellung, sowie der Betrieb und Administration diverser Mailclients wie Outlook und Outlook Web Access sowie der Anbindung mobiler Geräte. Nach dem Workshop sind Sie in der Lage, erfolgreich Exchange Server 2013 in Ihrem Unternehmen zu implementieren. Der Workshop richtet sich an Administratoren von Windows Server 2008/2008 R2 Umgebungen und setzt administrative Kenntnisse im Server Bereich voraus, sowie grundlegende Exchange Server 2010 Kenntnisse.

Inhalte:

- Neuerungen in Exchange Server 2013
- Exchange Server 2013 Grundlagen
- Exchange Server Rollenkonzept
- Exchange Server Verwaltungskonsole
- Exchange Management Shell
- Exchange Empfängerverwaltung
- Client Access Server Konfiguration
- Nachrichtenübermittlungsproblembehandlung
- Exchange Server 2012 Hochverfügbarkeit
- Erweiterte Exchange Server 2013 Konfiguration
- Zertifikats-Verwaltung
- Role Based Access Control (RBAC)
- Exchange Server 2013 Hub Transport Konfiguration
- Migration von Exchange Server 2010 zu Exchange Server 2013

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Marc Grote
Sa, 18.04., 09.00 - 16.15 Uhr
So, 19.04., 09.00 - 16.15 Uhr
326,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 11.04.
KursNr: 54AR15

TIPP
Anmeldung
Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

C. Nöhren_pixelio

Prezi

Die etwas andere Art der Präsentation
Prezi ist anders und Ihre Vorträge und Referate demnächst auch! Mit dem kostenlosen Tool Prezi können Sie äußerst wirkungsvolle, dynamische Präsentationen kinderleicht erstellen. Bauen Sie Ihre Bilder, Videos und andere Animationen mit nur ein paar Klicks ein. Gehen Sie neue Wege: neben einer linearen Abfolge der Folien (die aber auf eine grafisch originelle „andere“ Art erfolgt), ist auch das spontane „Springen“ und Auswählen einzelner Folien möglich.
In diesem Kurs lernen Sie das Programm kennen. Sie erfahren, wie gute Präsentationen heute gestaltet sein sollten, konzipieren eine kleine Präsentation und erproben die Grundlagen von Prezi.
Sie wissen schon, zu welchem Thema Sie präsentieren möchten? Wunderbar! Bringen Sie Ihre Bilder und Texte etc. einfach mit.
Voraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Renate Meißner
Sa, 27.06., 09.00 - 16.15 Uhr
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 20.06.
KursNr: 54AP15

TIPP

„Kleingedrucktes“
Die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS“ sind – klar und gut leserlich – auf der vorletzten Seite abgedruckt.

Überzeugendes Auftreten im Bewerbungsgespräch

Intensiv-Seminar

Die erste Hürde haben Sie erfolgreich genommen; die Einladung zum Bewerbungsgespräch ist eingegangen. Sie konnten Ihren potenziellen neuen Arbeitgeber bereits durch Ihr Bewerbungsschreiben und die beigefügten Dokumente (Lichtbild, Lebenslauf, Zeugnisse etc.) von sich überzeugen. Nun heißt es, diesen positiven ersten schriftlichen Eindruck zu erhalten bzw. zu unterstreichen und sich von Ihren Mitbewerbern positiv abzuheben.
In diesem Seminar wird es nicht darum gehen, mit welchen Fragen Sie rechnen müssen, was Sie Idealerweise antworten, welche Fragen erlaubt sind und wie Sie mit unerlaubten Fragen umgehen. Das Vorstellungsgespräch wird im Seminar auch nicht geübt. Vielmehr steht Ihre Sozialkompetenz im Fokus dieses Seminars, die Ihnen eine positive Präsentation Ihrer Persönlichkeit ermöglicht.
Ihr Gesprächspartner nimmt Sie zunächst nur äußerlich wahr und entscheidet zu 93 % nonverbal, ob Sie ihm sympathisch sind; anhand Ihrer Körpersprache, Ihres Gesichtsausdrucks und Ihrer Kleidung. Sichere Umgangsformen unterstützen Sie dabei, von einem positiven ersten Eindruck zu einem positiven letzten Eindruck zu gelangen.
Themen werden in diesem Seminar unter anderem sein:

- Das Grüßen und Begrüßen
- Der Small-Talk
- Die Dresscodes
- Das Geschäftsessen
- Die Verabschiedung

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Sarah Jäkel
Sa, 14.03., 09.00 - 16.15 Uhr
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 07.03.
KursNr: 59AS02

Tipps, Tricks und Techniken für gute Texte im Beruf

Überzeugende Texte bewegen viel im Beruf, denn gut schreiben können ist und bleibt auch in Zukunft eine Grundvoraussetzung für den beruflichen Erfolg. Doch wie müssen Angebote und Präsentationen, Flyer und Geschäftsbriefe geschrieben sein, damit sie auch gelesen werden und überzeugen? Um gute Texte zu schreiben, brauchen Sie kein schriftstellerisches Talent und keine künstlerische Begabung. Sie benötigen lediglich das richtige Handwerkszeug. In diesem Kurs lernen Sie viele effektive Techniken zum Schreiben guter Texte kennen. Sie lernen, wie Sie Schreibaufgaben sicher und schnell bewältigen und dabei auch noch Spaß haben.
Inhalte:

- Leichte Sätze schreiben
- Wie Sie lebendig, klar und verständlich schreiben und Amtsdeutsch, Fachchinesisch und nichtssagende Floskeln vermeiden.
- Verständliche Texte schreiben
- Wie Sie Informationen sinnvoll gliedern und Argumente präzise auf den Punkt bringen.
- Die Überschrift und der erste Satz
- Wie Sie Ihre Texte so beginnen, dass sie auch gelesen werden.
- Praktische Beispiele: Pressemitteilung und Protokoll

Zielgruppe:

- Alle, die im Beruf wirkungsvolle und verständliche Texte erstellen müssen
- Wiedereinsteiger/innen in kaufmännischen Berufen

Auf Antrag bei der Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft ist eine Förderung der Kursgebühr für bestimmte Zielgruppen möglich. Kontaktdaten siehe www.frau-wirtschaft-weserbergland.de
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Sarah Jäkel
Mo + Mi, 13.04. - 20.04.,
18.00 - 21.00 Uhr, 3 Termine
65,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 40,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 06.04.
KursNr: 59AT02

junge vhs

10-Finger-Tastschreiben

Für Schüler/innen ab 9 Jahren

... spielerisch einfach lernen!
In einem Rahmen von 20 Unterrichtsstunden wollen wir das 10-Fingersystem erlernen. Durch leicht verständliche Übungen, viele nützliche Tipps und Ratschläge. Dabei handelt es sich nicht um stupides Abtippen. Alle Übungen werden spielerisch erarbeitet. Das Tempo und Inhalt der Übung werden den Leistungen angepasst. Also, mit viel Spaß und Spiel.

Inhalte:

- Üben der aufeinander aufbauenden, didaktischen Lektionen
- spezielles Fingertraining
- Kontrolle an einem beliebigen Text einer Datei oder der Zwischenablage
- Minuten Abschreibtest mit Auswertung

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Heidrun Pallagst
Mi - Fr, 25.03. - 27.03.,
09.00 - 13.00 Uhr, 3 Termine
77,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
keine Ermäßigung außer Knax- und S-Club
Anmeldeschluss: 18.03.
KursNr: 544715

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Heidrun Pallagst
Mo - Do, 10.08. - 13.08.,
09.00 - 12.15 Uhr, 4 Termine
77,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
keine Ermäßigung außer Knax- und S-Club
Anmeldeschluss: 03.08.
KursNr: 545015

Lernen! – Darf es auch etwas schneller sein?

Für Jugendliche ab 14 Jahre

Lerntechnik ist der Schlüssel zum Lernerfolg. In der Schule wird uns viel Wissen vermittelt, doch viel zu selten wird uns beigebracht, wie wir dieses Wissen effizient lernen, vertiefen und behalten können. Wenn du dich jedoch intensiv mit Lerntechnik beschäftigst und sie anwendest, kannst du lernen, dir in weniger Zeit mehr Wissen anzueignen. Wenn der Körper ganz entspannt ist, kann das Gehirn die größte Lernleistung bringen. Deshalb arbeiten wir in diesem Workshop auch mit Tiefenentspannung. Wir gehen den Fragen nach, wie man beim Lernen in einen ‚flow' gelangen, also Glücksgefühle erreichen und wie man seine persönliche Lerneffizienz steigern kann.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Heiner Otto Hirtzbruch
Sa, 18.04., 10.00 - 15.00 Uhr
22,00 EUR
keine Ermäßigung außer S-Club
Anmeldeschluss: 06.04.
KursNr: 084112

Alexandra H._pixelio

Übergang Schule – Beruf

Vor-/Nachbereitung des Betriebspraktikums.
Wochenseminare für Schüler/innen

Wer die Schule verlässt, steht oft vor vielen neuen Schwierigkeiten. Verschiedene Probleme des Übergangs von Schule in den Beruf werden während dieser Seminare bearbeitet.

- Wie finde ich den richtigen Beruf?
- Wo liegen meine Stärken und Schwächen?
- Gibt es Berufe mit Zukunft?
- Bewerbungsverfahren
- Berufsperspektiven und Lebensqualität u.v.m..

Die endgültige thematische Schwerpunktsetzung und die genaue Planung der Wochenseminare soll gemeinsam mit den Schüler/innen und Lehrenden besprochen werden. Diese Seminare können eine sinnvolle Ergänzung zum Schulunterricht und eine Alternative zu herkömmlichen Klassenfahrten sein. Eine Beantragung von Bundesmitteln aus dem Kinder- und Jugendplan ist möglich.
Termine und Orte nach Absprache.
Ansprechpartnerin:
Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05751 890214

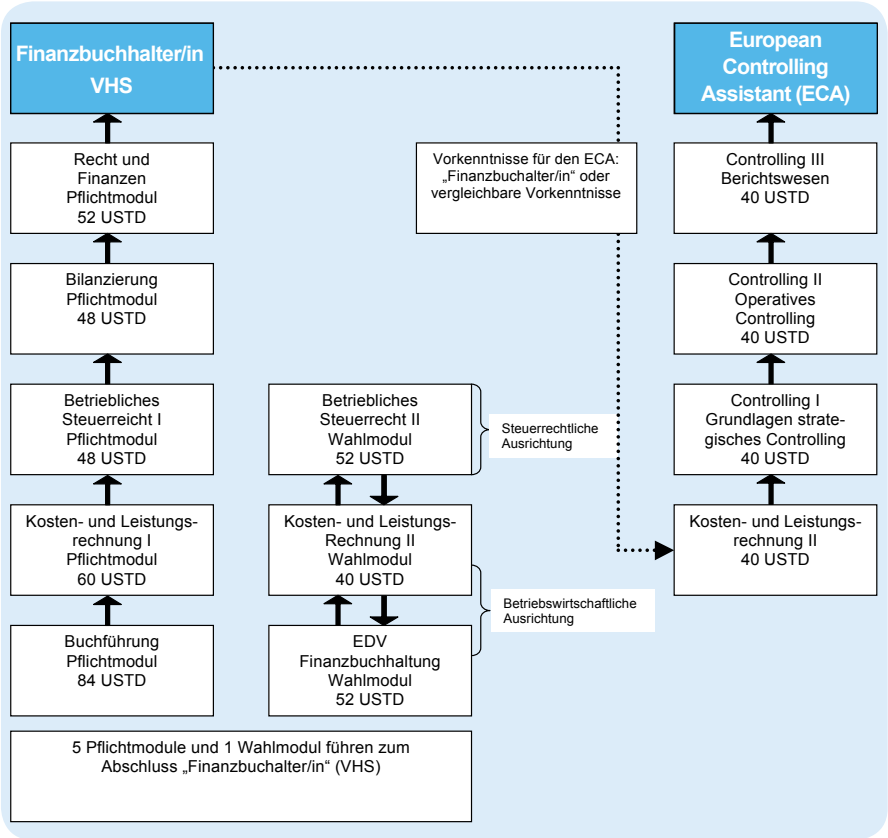
Kreativer denken und lernen? – Jeder kann es lernen!

Für Jugendliche ab 14 Jahre

Kreativität hilft dir in der Schule und beim Übergang ins Berufsleben. Sie hilft dir, unterschiedlichste Lernprobleme möglichst souverän lösen zu können. Kreativität ist die Quelle aller Innovationen. Sie kann wesentlich zum Schulerfolg beitragen. Oft kommen die besten Ideen genau an der Stelle zwischen Spannung und Entspannung. Deshalb lebt dieser Tagesworkshop auch von dem Spiel mit diesen beiden Zuständen. Wir probieren verschiedene Kreativitätstechniken aus, werden viel Spaß haben und zu vielen originellen Lösungen auf unterschiedlichsten Ebenen kommen.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Heiner Otto Hirtzbruch
Sa, 30.05., 10.00 - 15.00 Uhr
22,00 EUR
keine Ermäßigung außer S-Club
Anmeldeschluss: 18.05.
KursNr: 084212

Finanzbuchhalter/in

Baustein	Anzahl U-Std.	Zeit
Buchführung I	40	September 2015
Buchführung II	44	Oktober 2015
Recht und Finanzen	52	September 2015
Betriebliches Steuerrecht	56	Oktober 2015
Bilanzierung	52	November 2015
Kosten- und Leistungsrechnung	40	November 2015


Finanzbuchhalter/in VHS
Recht und Finanzen Pflichtmodul 52 USTD
Bilanzierung Pflichtmodul 48 USTD
Betriebliches Steuerreicht I Pflichtmodul 48 USTD
Kosten- und Leistungs-rechnung I Pflichtmodul 60 USTD
Buchführung Pflichtmodul 84 USTD
Betriebliches Steuerrecht II Wahlmodul 52 USTD
Kosten- und Leistungs-Rechnung II Wahlmodul 40 USTD
EDV Finanzbuchhaltung Wahlmodul 52 USTD
Steuerrechtliche Ausrichtung
Betriebswirtschaftliche Ausrichtung
5 Pflichtmodule und 1 Wahlmodul führen zum Abschluss „Finanzbuchalter/in“ (VHS)
Vorkenntnisse für den ECA: „Finanzbuchalter/in“ oder vergleichbare Vorkenntnisse
European Controlling Assistant (ECA)
Controlling III Berichtswesen 40 USTD
Controlling II Operatives Controlling 40 USTD
Controlling I Grundlagen strate-gisches Controlling 40 USTD
Kosten- und Leistungs-rechnung II 40 USTD

Finanzbuchhalter/in

Die VHS bietet die Weiterbildung zum/zur Finanzbuchhalter/in nach dem Bausteinsystem an.
Zielgruppe: Beschäftigte in Handel, Handwerk, Industrie und Verwaltung, die eine Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben oder schon ausüben und sich weiterbilden möchten. Studenten/innen, Auszubildende, Existenzgründer/innen und Nichtbeschäftigte, die ihre berufliche Wiedereingliederungschance erhöhen wollen.
Das Ziel dieses Lehrgangs besteht darin, die Teilnehmer/innen in die Lage zu versetzen, alle im betrieblichen Rechnungswesen anfallenden Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten.
Prüfungsfächer: Buchführung, Bilanzierung, Kosten- und Leistungsrechnung I, Recht und Finanzen, Betriebliches Steuerrecht I, EDV-Finanzbuchhaltung.

Wer alle Einzelprüfungen besteht, erhält vom Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. ein Zeugnis mit der Bezeichnung „Finanzbuchhalter/in (VHS)“.
Die Gebühr für jede Einzelprüfung beträgt 41,00 EUR bzw. 46,00 EUR.
Jeder einzelne Kursus kann auch von Personen besucht werden, die keine Prüfung anstreben.
Kostenloses Informationsblatt bei der VHS erhältlich!

Bilanzierung

Inhalte:

- Handels- und steuerrechtliche Bewertungsgrundsätze und Bewertungsmaßstäbe
- Bewertung von Vermögensgegenständen des Anlagevermögens und des Umlaufvermögens, von aktiven und passiven Rechnungsabgrenzungsposten, von Verbindlichkeiten und Darlehnsschulden sowie von Privatentnahmen und -einlagen
- Auswertung von Jahresabschlüssen

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dirk Limberg
Mo + Mi, 04.02. - 18.03.,
18.00 - 21.15 Uhr, 13 Abende
227,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 122,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Prüfungstermin: Sa, 21.03.
Anmeldeschluss: 21.01.
KursNr: 654115

Buchführung I (IKR)

Inhalte:

- Gesetzliche Grundlagen
- Aufgaben und Ordnungsmäßigkeit der Buchführung
- Inventur, Inventar, Bilanz
- Erfolgsermittlung
- Einfache und zusammenges. Buchungssätze
- Haupt-, Grund- und Nebenbücher
- Bestands- und Erfolgskonten
- Kontenrahmen und -plan
- Umsatzsteuer/Vorsteuer
- Abschreibungen
- Bestandsveränderungen
- Privateinlagen und -entnahmen
- Bezugskosten, Rabatte, Rücksendungen, Skonto

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dirk Limberg
Di + Do, 10.03. - 28.04.,
18.00 - 21.15 Uhr, 10 Abende
210,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 129,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 23.02.
KursNr: 654315

Rainer Sturm_pixelio

Buchführung II (IKR)

Inhalte:

- Personalbuchungen
- Anzahlungen
- Steuern
- Anlagenbuchhaltung
- Geringwertige Wirtschaftsgüter
- Ausscheiden von Anlagegütern
- Zeitliche Abgrenzungen von Aufwendungen und Erträgen
- Rückstellungen
- Betriebsübersicht
- Prüfungsvorbereitung

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dirk Limberg
Di + Do, 30.04. - 11.06.,
18.00 - 21.15 Uhr, 11 Abende
178,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 89,00 EUR
Prüfungstermin: Sa 13.06.
Anmeldeschluss: 15.04.
KursNr: 654415

Betriebliches Steuerrecht

Inhalte:

- Grundzüge des Steuerrechts in den für den Betrieb relevanten Gebieten
- Abgabeordnung
- Einkommensteuer
- Lohnsteuer
- Umsatzsteuer und Gewerbesteuer
- Steuerliche Beurteilung einfacher Sachverhalte des Betriebsgeschehens

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dirk Limberg
Mo + Mi, 01.06. - 20.07.,
18.00 - 21.15 Uhr, 15 Abende
245,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 116,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Prüfungstermin: Mi, 22.07.
Anmeldeschluss: 27.02.
KursNr: 654515

TIPP

Anmeldung
Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Koordinierungsstelle

Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft im Wirtschaftsraum Weserbergland

Frau und Wirtschaft

Bei Fragen zu Ihrer Lebens- und Berufsplanung beraten wir Sie gern. Vereinbaren Sie mit uns einen kostenlosen Beratungstermin oder informieren Sie sich über unsere Informations- und Weiterbildungsangebote.
Es freuen sich auf Sie:
Kirstin v. Blomberg und Nicole Glaß
Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft
Geschäftsstelle:
HefeHof 8, 31785 Hameln
Telefon: 05151 5851008
Fax: 05151 585 1009
frau-wirtschaft@weserberglandag.de
www.frau-wirtschaft-weserberglandag.de
Beratungstag in Schaumburg: Jeden ersten Dienstag im Monat ab 15 Uhr im Kreishaus Stadthagen, Jahnstraße 21, Raum 246. Anmeldungen erforderlich.
Beratungszeiten in der Geschäftsstelle:
Mo: 08.00 - 12.00 Uhr
Mi: 14.00 - 16.00 Uhr
Geschäftszeiten:
Mo bis Do: 08.00 - 12.00 Uhr
und 13.00 - 16.00 Uhr
Fr: 08.00 - 12.30 Uhr
Nutzen Sie die Familienphase zur Weiterbildung. Wir helfen Ihnen dabei!
*Auf Antrag bei der Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft ist eine Förderung für bestimmte Zielgruppen bis zu 50% der Kursgebühr möglich.
(K) Eine Kinderbetreuung wird bei Bedarf gestellt. Bitte bei der Anmeldung rechtzeitig anfragen.

„Initiative Rinteln“

Sie wollen sich beruflich neu orientieren, den Wiedereinstieg in den Beruf starten oder sich einfach beruflich und persönlich weiterentwickeln? Dann ist unser kostenloses Initiativtreffen in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten Mareen Fennert genau das Richtige für Sie. Wir informieren Sie über den aktuellen Stellenmarkt, Anforderungen verschiedener Berufsbilder und Möglichkeiten der Weiterbildung und Kinderbetreuung. Gemeinsam spüren wir außerdem mögliche Hürden auf Ihrem weiteren Berufs- und Lebensweg auf und suchen nach praktischen Lösungsansätzen. Auch Kontakte zu Unternehmen im Wirtschaftraum Weserbergland können wir Ihnen vermitteln.
Eine Kinderbetreuung wird bei Bedarf gestellt, bitte rechtzeitig bis zum 22.01. anmelden.
Rinteln, Familienzentrum Kulisse, Ostertorstr. 2
Kirstin von Blomberg/Mareen Fennert
Do, 29.01., 09.00 - 12.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 164112

TIPP

Angebot vor Ort
Sie suchen einen Kurs in Ihrer Stadt? Ab Seite 137 in diesem Heft finden Sie ein übersichtliches Verzeichnis.

„Initiative Lauenhagen“

Sie wollen sich beruflich neu orientieren, wieder in Ihren Beruf einsteigen oder sich einfach persönlich und beruflich weiterentwickeln? Dann ist unser kostenloses Initiativtreffen in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten Christel Schütte genau das Richtige für Sie! Wir informieren Sie über den aktuellen Stellenmarkt, Anforderungen verschiedener Berufsbilder und Möglichkeiten der Weiterbildung und Kinderbetreuung. Gemeinsam spüren wir außerdem mögliche Hürden auf Ihrem weiteren Berufs- und Lebensweg auf und suchen nach praktischen Lösungsansätzen. Auch Kontakte zu Unternehmen im Wirtschaftraum Weserbergland können wir Ihnen vermitteln.
Eine Kinderbetreuung wird bei Bedarf gestellt, bitte rechtzeitig bis zum 04.02. anmelden.
Lauenhagen, Lauenhäger Bauernhaus, Hülshagen 10
Kirstin von Blomberg/Christel Schütte
Mi, 11.02., 09.00 - 12.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 164115

Selbst- und Fremdwahrnehmung

Ob in Verhandlungen, bei Kundengesprächen oder im Bewerbungsverfahren: Für jeden, der beruflich mit Menschen zu tun hat, ist eine realistische Selbsteinschätzung ein wesentlicher Erfolgsfaktor.
Dieser Workshop richtet sich an Frauen, die durch Selbstreflexion und -erkenntnis zur eigenen Persönlichkeitsentwicklung beitragen möchten. Angesprochen sind Fach- und Führungskräfte sowie berufliche Wiedereinsteiger/-innen oder Umsteiger/-innen, die sich mit dem Thema Selbstbild, Fremdbild und Wunschbild beschäftigen möchten. Sie lernen sich selbst besser kennen, stärken Selbstwahrnehmung und Selbstbewusstsein hinsichtlich persönlicher Eigenschaften.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Claudia Strauss
Do, 12.03., 09.30 - 12.30 Uhr
Fr, 13.03., 09.30 - 12.30 Uhr
56,00 EUR *
Anmeldeschluss: 03.03.
KursNr: 224602

Marke „Ich“

Bewerbungstraining

Ihre Bewerbung – so einzigartig wie Sie selbst! Sie haben schon länger keine Bewerbung mehr geschrieben? Oder Sie möchten wissen, wie Sie Ihrer persönlichen Bewerbung eine individuelle Handschrift geben? An insgesamt vier Vormittagen wird Ihnen der Workshop zuerst einen Überblick über moderne Bewerbungstechniken allgemein geben und anschließend in Form von praktischen Tipps dazu verhelfen, Ihre Persönlichkeit in Ihre Bewerbung mit einfließen zu lassen. Am dritten und vierten Tag wird das Thema „Online-Bewerbung“ vertieft. Bitte bringen Sie Ihre Bewerbungsunterlagen (soweit vorhanden) und für Sie interessante Stellenanzeigen mit! Eine Kinderbetreuung (K) wird bei Bedarf gestellt, bitte rechtzeitig anmelden.

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Kirstin von Blomberg/Cornelia Szalies
Mo, 13.04., 09.00 - 14.00 Uhr
Di, 14.04., 09.00 - 12.00 Uhr
Do, 16.04., 09.00 - 12.00 Uhr
Do, 29.04., 09.00 - 12.00 Uhr
40,00 EUR *
Anmeldeschluss: 08.04.
KursNr: 224712

Professionelle Büroassistenz

Modul: Computer

Als Büroassistentin müssen Sie in der Lage sein, die Ihnen übertragenen Tätigkeiten schnell und effizient zu bearbeiten. Dazu gehören bürotypische Aufgaben, kaufmännisch verwaltende Aufgaben und natürlich auch organisatorische Tätigkeiten.
In diesem Seminar lernen Sie:

- Termine planen und organisieren
- Kontakte erfassen und pflegen
- Excel-Listen erstellen, bearbeiten, sortieren und pflegen
- Fotos und Dokumente vom USB-Stick auf anderen Datenträger übertragen
- Fotos bearbeiten, verkleinern und versenden
- Briefe und Einladungen schreiben
- Grafiken einfügen und bearbeiten
- Flyer erstellen und bearbeiten

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Mo - Do, 01.06. - 04.06.,
18.00 - 21.15 Uhr, 4 Abende
100,00 EUR *
Anmeldeschluss: 22.05.
KursNr: 54AU15

Professionelle Büroassistenz

Modul: Gute Texte im Beruf – Tipps, Tricks und Techniken zur Formulierung

Überzeugende Texte bewegen viel im Beruf, denn gut schreiben können ist und bleibt auch in Zukunft eine Grundvoraussetzung für den beruflichen Erfolg. Doch wie müssen Angebote und Präsentationen, Flyer und Geschäftsbriefe geschrieben sein, damit sie auch gelesen werden und überzeugen? Um gute Texte zu schreiben, brauchen Sie kein schriftstellerisches Talent und keine künstlerische Begabung. Sie benötigen lediglich das richtige Handwerkszeug. In diesem Kurs lernen Sie viele effektive Techniken zum Schreiben guter Texte kennen. Sie lernen, wie Sie Schreibaufgaben sicher und schnell bewältigen und dabei auch noch Spaß haben.

Inhalte:

- Leichte Sätze schreiben
- Wie Sie lebendig, klar und verständlich schreiben und Amtsdeutsch, Fachchinesisch und nichtssagende Floskeln vermeiden.
- Verständliche Texte schreiben
- Wie Sie Informationen sinnvoll gliedern und Argumente präzise auf den Punkt bringen.
- Die Überschrift und der erste Satz
- Wie Sie Ihre Texte so beginnen, dass sie auch gelesen werden.
- Praktische Beispiele: Pressemitteilung und Protokoll

Zielgruppe:

- Alle, die im Beruf wirkungsvolle und verständliche Texte erstellen müssen
- Wiedereinsteiger/innen in kaufmännischen Berufen

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gabriele Pape
Mo, 27.04., 18.00 - 21.15 Uhr,
3 Termine
75,00 EUR *
Anmeldeschluss: 17.04.
KursNr: 59AV12

Professionelle Büroassistenz

Modul: Buchhalterische Tätigkeiten

Inhalte:

- Einfache kaufmännische Arbeiten vorbereiten/erledigen
- Vorbereitende Arbeiten für die Steuerberatung
- Kenntnisse über das Rechnungswesen im Allgemeinen, Buchführung im Besonderen und gesetzliche Buchführungsgrundlagen
- Inventur, Inventar, Bilanz
- Wertänderungen in der Bilanz, Auflösung der Bilanz in Bestandskonten
- Buchen auf Erfolgskonten, Gewinn- und Verlustrechnung aufbauen
- Vorkontierung mit Buchungssätzen (Soll, Haben)
- Umsatzsteuer und Vorsteuer unterscheiden können
- einfache Aufgaben der Kosten- und Leistungsrechnung, Begriffe kennen.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dirk Limberg
Mi, 15.04., 18.00 - 21.15 Uhr,
4 Termine
100,00 EUR *
Anmeldeschluss: 07.04.
KursNr: 655015

Wiedereinsteigen – und sich gut präsentieren

Ihr Auftritt kann ein täglicher Erfolg sein

Zurück in die Berufswelt! Kein Grund die Luft anzuhalten oder zu verstummen. Gönnen Sie sich einen interessanten und angenehmen Neustart der Sie weiteratmen lässt und bei dem Ihre Stimme zählt.
Mit der richtigen Einstellung und einer guten Einstimmung werden Sie feststellen, dass Sie Ihren Fähigkeiten, Ihrer Sozialkompetenz und Ihren kommunikativen Fähigkeiten vertrauen können. Das Seminar hilft Ihnen dabei sich mutig und selbstverständlich in Szene zu setzen. Es ermöglicht Ihnen, mit Stressoren so umzugehen, dass Bewerbungsgespräche zufriedenstellend erlebt werden können. Sie erleben den Charme und die Lebendigkeit der eigenen Stimme und erfahren, welche Sicherheit eine gelöste Atmung bieten kann.

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Beate Josten
Di, 21.04., 09.00 - 13.00 Uhr
35,00 EUR *
Anmeldeschluss: 14.04.
KursNr: 224812

„Auf dem Weg bleiben“

Ziele finden – Ziele erreichen mit Natur-Coaching

Sie möchten etwas Neues angehen oder Sie haben schon die ersten Schritte in einer neuen Richtung gewagt. Sie haben eine vage Vorstellung, wo Sie hinmöchten oder Sie haben sich schon konkrete Ziele gesetzt?
Wie können Sie es schaffen, leichter auf Ihrem Weg zu bleiben? Innere und äußere Hindernisse können es erschweren, die eigene Zielgerichtetheit aufrechtzuerhalten. Eigene Zweifel und Botschaften der Umwelt können verunsichern.
In diesem Workshop, der sowohl drinnen als auch draußen im Wald stattfindet, gelangen Sie zu mehr Klarheit über Ihre Ziele und lernen Strategien, dahin zu kommen, wo Sie hinmöchten. Mit Hilfe von angenehmen Übungen und Methoden zur Ressourcenstärkung aus dem Natur-Coaching gewinnen Sie mehr Selbstbewusstsein und Selbstbestimmung.
Treffpunkt für die Waldtermine: Parkplatz unter der Frankenburg in Rinteln Todenmann.
Bitte festes Schuhwerk und eine Regenjacke mitbringen. Es ist keine besondere sportliche Fitness erforderlich.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Charlotte Jennings
Mo, 01.06., 18.30 - 20.30 Uhr
Sa, 06.06., 14.00 - 17.00 Uhr
Mo, 15.06., 18.30 - 20.30 Uhr
Sa, 20.06., 14.00 - 17.00 Uhr
56,00 EUR *
Anmeldeschluss: 25.05.
KursNr: 224912

Office Kompakt

Beruflicher Wiedereinstieg

Dieses Seminar dient dazu, grundlegende EDV-Kenntnisse aufzufrischen, wie sie heute praktisch in allen kaufmännischen Berufen erwartet werden. Sie wiederholen die Grundlagen von Excel, Word und Powerpoint in der Version 2010. Das Seminar wird anhand praktischer Übungen gestaltet, die Ihren beruflichen Wiedereinstieg erleichtern.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Mo, 01.06., 09.00 - 12.15 Uhr,
5 Vormittage
98,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Auf Antrag bei der Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft ist eine Förderung für bestimmte Zielgruppen bis zu 50% der Kursgebühr möglich.
Anmeldeschluss: 22.05.
KursNr: 54AW15

Rainer Sturm_pixelio

Fachkraft Kleinstkindpädagogik

Weiterqualifizierung für pädagogische Mitarbeiter/innen aus dem Elementarbereich

Immer mehr Kindertageseinrichtungen öffnen ihre Gruppen für Kinder unter drei Jahren. Hintergrund sind die veränderten gesetzlichen Rahmenbedingungen durch das Tagesbetreuungsgesetz (TAG), aber auch die Tatsache, dass in den Einrichtungen zunehmend freie Betreuungskapazitäten entstehen.
Darauf müssen sich die Kindertageseinrichtungen und die darin tätigen Erzieherinnen und Erzieher einstellen und entsprechende Konzepte entwickeln, bei denen „die Kleinen“ von dem früheren Start profitieren.
Mit diesem Lehrgang können sie ihre Kompetenzen im Bereich der Kleinstkindpädagogik entwickeln und so erweitern, dass sie in der Lage sind, die Rahmenbedingungen, das pädagogische Konzept sowie konkrete Spiel- und Lernangebote in ihrer Einrichtung speziell auf Kinder unter drei Jahren abzustimmen.
Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung ab. Die Teilnehmenden erhalten nach erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e. V.
Weitere Informationen:
Dirk Eickstädt, Telefon: 05721 787117.
Auf Antrag bei der Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft ist eine Förderung der Kursgebühr für bestimmte Zielgruppen möglich.
Kontaktdaten siehe www.frau-wirtschaft-weserbergland.de
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Gaby Gischler-Schier
Informationstermine:
Di, 20.01., Mi, 04.02., Mi, 04.03.
jeweils 19.00 Uhr
Lehrgangsbeginn: 21.03.2015
995,00 EUR, zahlbar in Raten
zzgl. Prüfungsgebühr
Anmeldeschluss: 09.03.
KursNr: 216002

Einführung in die Systemische Familienberatung

Mit diesem Seminar erhalten Sie einen Einblick in die Grundlagen der systemischen Familienberatung. Diese ermöglicht mit ihrem lösungs- und ressourcenorientierten Ansatz neue Sichtweisen und eine Erweiterung der eigenen Handlungsoptionen.

Inhalte:

- Systemtheoretische Grundannahmen
- Praktische Grundlagen und Methoden der systemischen Beratung: Beraterische Grundhaltung, Fragetechniken wie zirkuläres Fragen, Genogrammarbeit, Hypothesenbildung, Familienbrett und andere symbolische Darstellungen usw.
- Möglichkeiten und Grenzen der systemischen Beratung

Theorie- und Praxisanteile wechseln einander ab. Einzelne Methoden werden anhand von Fallbeispielen, die auch von Ihnen eingebracht werden können, vermittelt.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Elfriede Bredbeck
Sa, 07.03., 09.15 - 16.15 Uhr
32,00 EUR
Anmeldeschluss: 25.02.
KursNr: 224515

Systemische/r Familienberater/in (VHS)

Berufsbegleitender Lehrgang

Der Lehrgang richtet sich insbesondere an Menschen, die in sozialer, pädagogischer und beraterischer Arbeit mit Familien, Teilfamilien oder Paaren arbeiten. Sie verfügen in der Regel über ein hohes Maß an persönlichem Engagement, Wissen und Können. Die berufliche Inanspruchnahme fordert sie oft heraus, bis an persönliche Leistungsgrenzen zu gehen.

Ziel dieses Lehrgangs ist die Professionalisierung im jeweiligen Arbeitsbereich durch die Erarbeitung einer systemischen Sichtweise und deren Integration in die eigenen Arbeitszusammenhänge. Im Vordergrund steht die Erweiterung der Handlungskompetenzen der Teilnehmenden in ihrer Arbeit mit Familiensystemen. Schwerpunkte sind dabei die Vertiefung und Stärkung sozialer, kommunikativer, methodischer und beraterischer Kompetenzen.

Der Lehrgang umfasst 168 Unterrichtsstunden, die auf zehn Wochenenden (Unterrichtszeiten freitags 17.00 - 20.30 Uhr, samstags 09.15 - 16.30 Uhr), sowie eine Bildungsurlaubswoche verteilt sind und schließt mit einem Kolloquium ab. Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen e.V. bescheinigt.

Weitere Informationen: Dirk Eickstädt
Telefon: 05721 787117

Auf Antrag bei der Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft ist eine Förderung der Kursgebühr für bestimmte Zielgruppen möglich. Kontaktdaten siehe www.frau-wirtschaft-weserbergland.de

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Elfriede Bredbeck
Informationstermin:
Di, 03.03., 18.00 Uhr
Lehrgangsbeginn: Fr, 13.03.
995,00 EUR zzgl. Prüfungsgebühr zahlbar in Raten
KursNr: 226515

Aufbaukurs Systemische/r Familienberater/in

Dieser Kurs dient der Intensivierung und Vertiefung der im Lehrgang „Systemische/-r Familienberater/-in (VHS)“ erworbenen Kenntnisse und Kompetenzen. Inhalte

- Systemisches Fragen für systemische Familienberater/-innen
- Genogrammarbeit für systemische Familienberater/-innen
- Aufstellungsarbeit für systemische Familienberater/-innen

68 Unterrichtsstunden einschließlich Kolloquium (optional). Die erfolgreiche Teilnahme an den Seminaren (einschließlich Kolloquium) wird mit einem Zertifikat von vhsConcept bescheinigt.

Weitere Informationen: Dirk Eickstädt
Telefon: 05721 787117

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Informationstermin:
Di, 06.10., 18:00 Uhr
Lehrgangsbeginn:
Fr, 27.11. (voraussichtlich)

Professionelle Kommunikation und Beratungskompetenz

Dieser Lehrgang richtet sich an Menschen, die beruflich oder ehrenamtlich beratend tätig sind und ihre Kommunikationskompetenz erweitern möchten.

In vielen Berufen haben wir es mit Menschen zu tun, die uns in unserer Gesprächskompetenz fordern. Dabei ist uns eine gelingende Kommunikation, Konfliktfähigkeit und die Fähigkeit, andere Menschen kompetent beraten zu können, nicht in die Wiege gelegt.

Inhaltlich geht es um verschiedene Kommunikationstheorien und kommunikationspsychologische Ansätze sowie um eine wertschätzende Haltung dem Anderen gegenüber. Dafür sind Selbstreflexion / Selbsterfahrung und Kenntnisse über den eigenen Lebensweg ebenso ein Bestandteil wie Theorie und praktische Übungen.

Es wird auf Gruppenprozesse und Teamentwicklungen eingegangen. Schließlich sollen Strategien der Burnout-Prophylaxe und Abgrenzung erprobt werden.

In praktischen Übungen gibt es Gelegenheit zum Üben und Vertiefen von Techniken und Methoden. Mit Beispielen und Fällen aus der Praxis werden Möglichkeiten der Reflexion und Supervision geboten.

168 Unterrichtsstunden

Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung ab. Teilnehmende erhalten nach erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V.

Informationstermin: Mi, 28.01.2015
Lehrgangsbeginn: Fr, 17.04.2015

Weitere Informationen: Dirk Eickstädt,
Telefon: 05721 787117

Auf Antrag bei der Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft ist eine Förderung der Kursgebühr für bestimmte Zielgruppen möglich. Kontaktdaten siehe www.frau-wirtschaft-weserbergland.de

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ingryt Paterok
1250,00 EUR zahlbar in 10 Raten
KursNr: 222015

vhsConcept – Lehrgänge im vhs Regionalverbund Hannover

vhsConcept ist ein Verbund von 60 Volkshochschulen in Niedersachsen, die nach festgelegten Qualitätsstandards Lehrgänge zur Qualifizierung und Fortbildung in den Bereichen Gesundheit, Bildung und Soziales anbieten. Bei erfolgreicher Teilnahme erhalten Sie einen qualifizierten Nachweis oder bei prüfungsbezogenen Lehrgängen ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. Die Durchführung der Programme liegt in der Verantwortung der genannten Einrichtung. Hier erhalten Sie auch nähere Informationen.
Eine Übersicht und ausführliche Beschreibung der aufgeführten vhsConcept-Lehrgänge und anderer Lehrgänge im vhs Regionalverbund Hannover finden Sie unter www.vhs-rgionalverbund-hannover.de

Fachwirtin für Kindertageseinrichtungen (VHS)
Beginn: 13.06.2015,
Info-Termin: 09.02.2015
vhs Hannover Land,
Angela Franke, 05032 9819-90

Fachkraft Kleinstkindpädagogik (VHS)
Beginn: 17.04.2015,
Info-Termin: 09.03.2015
vhs Hannover Land,
Angela Franke, 05032 981990
Beginn: Frühjahr 2015

Integrative Bildung und Erziehung in der Kindertagesstätte
Beginn: 20.04.2015,
VHS Hildesheim,
Edda Klukkert, 05121 9361-451

Fachkraft Psychomotorik (VHS)
Beginn: 24.01.2015,
Info-Termin: auf Anfrage
vhs Hildesheim, Edda Klukkert,
05121 9361451,
in Kooperation mit KVHS Peine,
Andrea Ritthaler, 05171 4013243
Beginn: 24.01.2015,
Info-Termin: auf Anfrage
KVHS Peine,
Andrea Ritthaler, 05171 4013243,
in Kooperation mit VHS Hildesheim,
Edda Klukkert, 05066 65-993

„Wir möchten ein Kind adoptieren“ Qualifizierung für Adoptiveltern
Beginn: auf Nachfrage
KVHS Peine,
Monika Schweda, 05171 4013242

Systemische/r Familienberater/in (VHS)
Beginn: 13.03.2015,
Info-Termin: 03.03.2015
VHS Schaumburg,
Dirk Eickstädt, 05721 787117
Beginn: März 2015,
Info-Termin: 17.02.2015
VHS Ostkreis Hannover,
Elke Vaihinger, 05132 500012
Beginn: 04.09.2015,
Info-Termin: 17.06.2015
vhs Hannover Land,
Angela Franke, 05032 981990
Beginn: 18.09.2015,
Info-Termine: 20.05.2015, 15.07.2015
VHS Calenberger Land,
Nadja Heinrichs, 05105 521631

Systemische/r Familienberater/in (VHS) - Aufbaulehrgang
Beginn: 22.02.2015
KVHS Peine,
Monika Schweda, 05171 4013242

Professionelle Kommunikation und Beratungskompetenz
Beginn: Herbst 2015
VHS Schaumburg,
Dirk Eickstädt, 05721 787117

Suchtkrankenhelfer/in (VHS)
Beginn: 24.01.2015,
Info-Termin: auf Nachfrage
VHS Hannover,
Birgit Robel, 0511 168-44703
in Kooperation mit VHS Hildesheim,
Edda Klukkert, 05121 69361451
Beginn: Frühjahr 2016,
Info-Termin: 30.09.2015,
VHS Calenberger Land,
Nadja Heinrichs, 05105 521631

Gesundheitsberater/in (VHS)
Beginn: 12.09.2015,
Info-Termin: 04.03.2015
vhs Hannover Land,
Angela Franke, 05032 981990

Pädagogische/r Mitarbeiter/in an Grundschulen (VHS)
Beginn: 05.03.2015,
Info-Termin: 19.02.2015
VHS Calenberger Land,
Nadja Heinrichs, 05105 521631
Beginn: 20.04.2015,
Info-Termin: auf Anfrage
vhs Hannover Land,
Angela Franke, 05032 981990
Beginn: 05.05.2015,
Info-Termin: 17.03.2015
VHS Langenhagen,
Susanne Braun, 0511 73079709

Pädagogische/r Mitarbeiter/in Sekundarstufe
Beginn: 27.05.2015,
Info-Termin: 11.05.2015
VHS Calenberger Land,
Nadja Heinrichs, 05105 521631
Beginn: 12.06.2015
Leine-Volkshochschule,
Wolfgang Wüstefeld, 05101 915035

Yogalehrer / in für Kinder (Grundlehrgang) (VHS)
Beginn: 10.10.2015,
Info-Termin: 20.03.2015 in Hannover
VHS Hannover,
Birgit Robel, 0511 16844703
in Kooperation mit VHS Hildesheim,
Edda Klukkert, 05121 9361451

vhsConcept Hochschulzugang / Studieren mit und ohne Abitur
Beginn: 13.03.2015,
Info-Termin: auf Anfrage
VHS Hildesheim,
Dr. Alexey Ponomarev, 05121 9361151

Sprachliche Bildung in Kindertageseinrichtungen
Beginn: 08.04.2016,
Info-Termin: 09.03.2016
VHS Calenberger Land,
Nadja Heinrichs, 05105 521631

Sonstige Langzeitfortbildungen

Aufbaumodul Inklusion für Pädagogische Mitarbeiter/innen an Grundschulen
Beginn: 20.01.2015,
VHS Langenhagen,
Susanne Braun, 0511 73079709
Beginn: 17.03.2015,
Info-Termin: 04.03.2015
VHS Calenberger Land,
Nadja Heinrichs, 05105 521631

Elternberater/in
Beginn: 05.06.2015,
Info-Termin: 14.04.2015
vhs Hannover Land,
Angela Franke, 05032 981990

Lösungsorientierte systemische Beratung
Beginn: 13.02.2015,
VHS Hannover,
Evelyn Schmidt, 0511 16842076
in Kooperation mit Bildungsverein Soziales Lernen u. Kommunikation e.V.
Dr. Udo Husmann, 0511 33879837

Qualifizierung für die Kindertagespflege (160 Std.)
VHS Calenberger Land,
Nadja Heinrichs, 05105 521631
Beginn: September 2015,
Info-Termin: auf Anfrage,
VHS Hannover,
Oliver Busse, 0511 16845938

Xpert Interkulturelle Kompetenz, Stufen Basic, Professional, Master
Beginn: 06.03.2015
VHS Hannover,
Birgit Robel, 0511 16844703
in Kooperation mit Bildungsverein Soziales Lernen u. Kommunikation e.V.
Dr. Udo Husmann, 0511 33879837
Beginn: 10.01.2015
Leine-Volkshochschule,
Wolfgang Wüstefeld, 05101 915035

Heilpraktiker / in für Psychotherapie
Beginn: 21.03.2015,
Info-Termin: 13.02.2015 und
Beginn: 20.09.2015,
Info-Termin: 27.06.2015
VHS Hannover,
Birgit Robel, 0511 16844703 in Kooperation mit Bildungsverein Soziales Lernen u. Kommunikation e.V.
Dr. Wolfgang Niess, 0511 33879836

Vorbereitung auf die Heilpraktikerprüfung
Info-Termin: auf Anfrage
VHS Hildesheim,
Birgit Krauss, 05121 9361351

Kraft der Märchen – Märchen-erzählen in therapeutischen und pädagogischen Bereichen
Beginn: Herbst 2015,
Info-Termin: auf Anfrage
VHS Hannover,
Evelyn Schmidt, 0511 16842076

NLP-Practitioner-Ausbildung
Beginn: Herbst 2015,
Info-Termin: auf Anfrage
VHS Hannover,
Evelyn Schmidt, 0511 16842076

Projekte im Auftrag des JobCenters Schaumburg

Die VHS Schaumburg betreibt seit Februar 2013 im Auftrag vom JobCenter Schaumburg jeweils ein Bewerbungs-Center in Rinteln und in Stadthagen. Sowohl zugewiesene als auch aus eigenem Interesse erschienene Teilnehmende werden hier bei der Job-Recherche und ihren Bewerbungen unterstützt.
Zusätzlich bietet die VHS einen Antragsservice an, um Antragstellende auf Leistungen der Grundsicherung für Arbeitssuchende (SGB II) bei der Erstellung der notwendigen Antragsunterlagen Unterstützung zu gewähren.
Seit Herbst 2012 führt die VHS Schaumburg Coaching-Maßnahmen für Alleinerziehende durch.
Informationen:
Dirk Eickstädt, Telefon: 05721 787117
eickstaedt@vhs-schaumburg.de

TIPP
Anmeldung
Viele Wege führen zu Ihrer VHS. Bitte melden Sie sich für jeden Kurs schriftlich an: mit dem eingehefteten Anmeldevordruck, per Fax oder per Internet.
Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Medienpädagogik: Fortbildung für Lehrer/innen

Die Arbeit am SmartBoard für Fortgeschrittene
Fach-Workshop Erdkunde/ Geschichte
In diesem Fach-Workshop soll die methodische „Tafelarbeit' am Smartboard und die häusliche Unterrichtsvorbereitung wiederholt und vertiefend geübt werden. In Einzel- oder Gruppenarbeit soll die Einstiegseinheit in ein geografisches/geschichtliches Thema erstellt werden. Dabei bestimmen die Seminarteilnehmenden den/die Inhalt/e. Der Seminarleiter ist der Coach und gibt Anregungen für Verbesserungen. Dieses Seminar kann auch an einer Schule durchgeführt werden, wenn dort mehrere Boards zur Verfügung stehen.
Stadthagen, Medienzentrum, Jahnstr. 21
Bernd Schlifke
Mi, 04.02., 14.00 - 18.00 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 21.01.
KursNr: 54MA15

Die Arbeit am SmartBoard für Fortgeschrittene
Fach-Workshop Erdkunde/ Geschichte
In diesem Seminar gibt es eine Einführung in die Arbeit am Promethean ActiveBoard.
Sie lernen die Oberfläche und die Werkzeuge dieses Arbeitsprogramms kennen. Die Nutzung der ‚digitalen Tafel' im Unterricht und die häusliche Unterrichtsvorbereitung mit dem Board-Programm ‚ActiveInspire' wird vorgestellt und geübt.
Sollte an Ihrer Schule ein ActiveBoard vorhanden sein, hat der Schulleiter bzw. Administrator oder Schulassistent den Lizenz-Schlüssel für das Programm. Damit kann und darf das Programm fest auf dem häuslichen Computer installiert werden.
Stadthagen, Medienzentrum, Jahnstr. 21
Bernd Schlifke
Mi, 04.03., 14.00 - 18.00 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 18.02.
KursNr: 54MB15

Einführungsseminar in die Arbeit am SmartBoard

Einführungsseminar in die Arbeit am SmartBoard und mit der Notebook-Software. Die Nutzung der „digitalen Tafel“ im Unterricht und die häusliche Unterrichtsvorbereitung mit dem Board-Programm „notebook“ wird vorgestellt und geübt.
Eine 30-Tage-Testversion des Programms gibt es unter: http://www.smarttech.com/Home+Page/Support/Browse+Support/Download+Software
Sollte an Ihrer Schule ein SmartBoard vorhanden sein, hat der Schulleiter bzw. Administrator oder Schulassistent den Lizenz-Schlüssel für das Programm. Damit kann und darf es fest auf dem häuslichen Computer installiert werden.
Stadthagen, Medienzentrum, Jahnstr. 21
Bernd Schlifke
Mi, 15.04., 14.00 - 18.00 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 01.04.
KursNr: 54MC15

Die Arbeit mit der Videokamera

Was muss ich alles beachten, wenn ich eine Videoproduktion mit Schülern machen möchte. Zum Beispiel einen Beitrag für die Filmklappe oder einen Imagefilm für die Schule.
In diesem Seminar wird die grundlegende Arbeit mit der Videokamera vermittelt und gezeigt, welche „Anfängerfehler“ man vermeiden kann.
Wenn gewünscht, kann anschließend ein Videokamera II - Seminar die konkrete filmische Arbeit vermitteln. Es werden für einen kleinen Film Szenen gedreht, die dann auf Wunsch in einem weiteren Seminar mit dem Schneideprogramm Magix pro X4 in einen Film verwandelt werden.
Stadthagen, Medienzentrum, Jahnstr. 21
Bernd Schlifke
Mi, 06.05., 14.00 - 17.00 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 22.04.
KursNr: 54MD15

Einführung in die Arbeit mit der Trickboxx

Sie möchten mit Ihren Schülerinnen und Schülern einen Trickfilm herstellen. Nichts einfacher als das. Die Trickboxx ist ein ideales Gerät um Legetrickfilme zu produzieren. Im Seminar wird vermittelt, wie das zu bewerkstelligen ist.
Die Trickboxx kann für die Nutzung im Unterricht von Kollegen/innen an Schaumburger Schulen kostenlos im Medienzentrum ausgeliehen werden.
Stadthagen, Medienzentrum, Jahnstr. 21
Bernd Schlifke
Mi, 10.06., 14.00 - 18.00 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 27.05.
KursNr: 54ME15

Einführung in die Arbeit mit der 3-D-Trickboxx

In diesem Seminar werden die Grundlagen für die Erstellung eines Trickfilms in 3-D-Technik vermittelt. Anschließend erarbeiten die Teilnehmer ein Drehbuch und erstellen einen kleinen Trickfilm.
Im Seminar wird mit der Koffertrickboxx für 3-D-Filme gearbeitet.
Diese Trickboxx kann für die Produktion von 3-D-Trickfilmen an der Schule im Medienzentrum kostenlos ausgeliehen werden.
Stadthagen, Medienzentrum, Jahnstr. 21
Bernd Schlifke
Mi, 08.07., 14.00 - 18.00 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 24.06.
KursNr: 54MF15

TIPP

Wir sind für Sie da!
Alle Kontaktmöglichkeiten Ihrer VHS in Stadthagen, Rinteln und Bückeburg finden Sie auf Seite 3 in diesem Heft.

Sommeruniversität Rinteln

Unter dem Motto „Was soll ich bloß studieren?“ bietet die Hochschulorientierungswoche in Rinteln Jugendlichen ab 16 Jahren die Möglichkeit, sich in angenehmer Atmosphäre umfassend über ihr Wunschstudienfach zu informieren und auszuprobieren. Das breit gefächerte Probestudium ermöglicht es jedem Teilnehmenden in der Zeit vom 12.-17. Juli seine Neigungen und Fähigkeiten zu überprüfen, um herauszufinden welches Studienfach zu ihm passt.
Dozenten von fünfzehn Hochschulen bieten etwa 100 Vorlesungen und Seminare. Das Angebot reicht von Architektur über Medizin, Maschinenbau, Jura und Designgestaltung bis zu dualen Studiengängen.
Außerdem erhalten die künftigen Abiturienten am Studien- und Berufsfindungsnachmittag ausführliche Informationen über Berufsanforderungen und -chancen durch diverse Universitäten, Fachhochschulen, Akademien, die Agentur für Arbeit sowie Unternehmen der Region.
Als kostenloses Freizeitprogramm werden zusätzlich Kultur, Sport und Spaß mit vielen attraktiven Veranstaltungen wie z. B. eine Fahrt mit der Draisine, Theaterworkshops, Kanufahrten und vieles mehr geboten.
Weitere Informationen und das Anmeldeformular finden Sie unter www.sommeruni-rinteln.de.
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Anmeldeschluss ist der 19. Juni.
Weitere Informationen:
Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05751 890214

SOMMERUNI RINTELN

Hochschulorientierungswoche im Weserbergland

12. - 17. Juli 2015

Was soll ich bloß studieren?

25 Universitäts- und Hochschulstudiengänge zum Ausprobieren!

Unternehmen im Weserbergland stellen Duale Studiengänge vor.

Berufs- und Studienorientierung vor Ort.

HISTORISCHE UNIVERSITÄT RINTELN

05751 890210
www.sommeruni-rinteln.de

Weserbergland Region plus

Die Volkshochschulen im Weserbergland kooperieren im Rahmen der REKplus.
Die Landkreise der REKplus (Schaumburg, Hameln-Pyrmont, Holzminden, Nienburg) unterstützen die Sommeruniversität Rinteln.

Offene Hochschule

„Durchstarten mit der Offenen Hochschule“ – Informationsnachmittag für beruflich Qualifizierte mit und ohne formale Hochschulzugangsberechtigung

Erstqualifikationen reichen aufgrund des schnellen gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Wandels immer weniger für die Dauer eines Berufslebens aus. Individuelle Zukunftschancen sind immer stärker davon abhängig, wie Hochschulen, Bildungsträger und die Wirtschaft auf neue Bildungsherausforderungen reagieren. Häufig müssen neue Rahmenbedingungen, wie die Offene Hochschule, geschaffen werden, die eine permanente, qualitativ hochwertige Weiterbildung ermöglichen. Mithilfe der Offenen Hochschule wird die Hochschulzugangsberechtigung für beruflich Qualifizierte deutlich erleichtert: Nicht nur Meister und Techniker auch beruflich Qualifizierte mit einer abgeschlossene Berufsausbildung und einer dreijährigen Berufstätigkeit können ggf. an einer Hochschule studieren. Beruflich erworbene Qualifikationen werden im Einzelfall auf zu erbringende Studienleistungen angerechnet.
Unter dem Motto „Durchstarten mit der Offenen Hochschule“ bietet die VHS Schaumburg am 16. Juli im Gymnasium Ernestinum, Paul-Erdniß-Str. 1, Rinteln einen Informationsnachmittag für beruflich Qualifizierte mit und ohne formale Hochschulzugangsberechtigung an.
Anmeldeschluss ist der 19. Juni.

Informationen:
Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05751 890214
unger-knippschild@
vhs-schaumburg.de

Durchstarten mit der Offenen Hochschule

16. Juli 2015 in Rinteln

14.00 - 18.00 Uhr, Gymnasium Ernestinum, Paul-Erdniß-Str. 1

HISTORISCHE UNIVERSITÄT RINTELN

Informationssnachmittag für beruflich Qualifizierte
mit und ohne formale Hochschulzugangsberechtigung

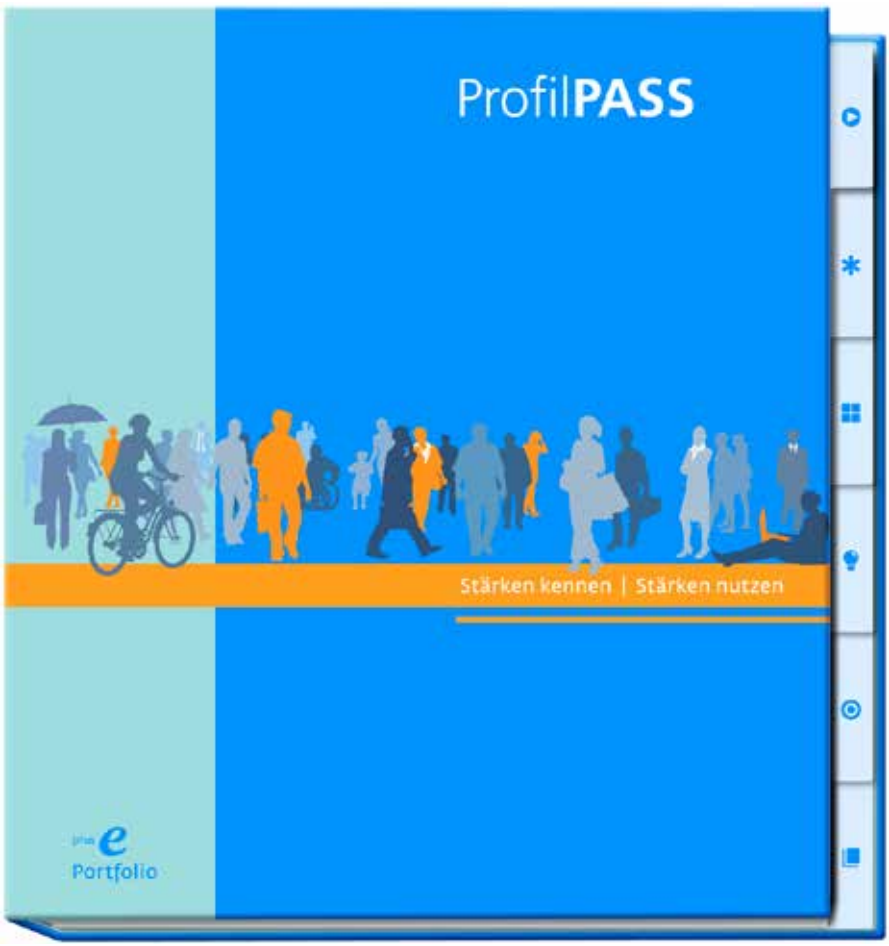
Auskunft unter 05751 890214

vhs Volkshochschule Schaumburg

ProfilPass

Die VHS Schaumburg ist Profil-PASS-Dialogzentrum für das Regionale Bildungszentrum Weserbergland. Der ProfilPASS ist ein durch professionelle Beratung unterstütztes Instrument der Selbstexploration und systematischen Erfassung individueller Fähigkeiten und Kompetenzen im Prozess des lebenslangen Lernens. Neben der Sichtbarmachung von Lernprozessen dient er vor allem der individuellen Reflexion im Hinblick auf den privaten und beruflichen Lebensweg. Der ProfilPASS wurde im Rahmen des Verbundprojektes „Weiterbildungspass mit Zertifizierung informellen Lernens“ der Bund-Länder-Kommission (BLK) für Bildungsplanung und Forschungsförderung entwickelt.
Die VHS Schaumburg bietet Ihnen verschiedene Angebote im Rahmen des ProfilPASS: Für Schulen und andere Bildungseinrichtungen gibt es maßgeschneiderte Angebote vom ProfilPASS für junge Menschen.

Informationen:
Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05751 890214
unger-knippschild@
vhs-schaumburg.de



Kaffee Pause
-Vor dem Kurs als Starter -zur Erfrischung zwischendurch
-Nach dem Unterricht zur Erholung
bieten wir Ihnen:
-Kleine hausgemachte Gerichte -selbstgebackenen Kuchen
-belegte Brötchen -viele Kaffee u. Tee-Spezialitäten
Mo. - Freitags von 09.30-15.00 Uhr
und 17.00-20.00 Uhr
Samstags und Sonntags auf Anfrage

Programmbereich Grundbildung

Ihre Ansprechpartnerin
in der VHS Schaumburg:

Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05751 890214
unger-knippschild@vhs-schaumburg.de

Grundbildung

Mit den Angeboten im Bereich Grundbildung können Kompetenzen und Fähigkeiten ungeachtet des Alters eines jeden Einzelnen entwickelt werden, um individuelle Potentiale zu entfalten. Die Angebote richten sich z. B. an Menschen, denen das Lernen schwer fällt, die viel Zeit zum Lernen benötigen, die arbeitslos sind und/ oder sich durch den nachträglichen Erwerb eines Schulabschlusses größere berufliche Perspektiven erhoffen.

Themen im Propgrammbereich

- Grundbildung
- Lernförderangebote
- Zweiter Bildungsweg

Deutsch Lesen, Schreiben und Rechnen von Anfang an

In Zusammenarbeit mit der PLSW Diese Kurse der Volkshochschule Schaumburg richten sich ausschließlich an die Beschäftigten der Werkstatt für Menschen mit Behinderung. Sie werden seit Jahren gemeinsam mit der PLSW organisiert und in deren Räumen durchgeführt. Ausgehend von den Interessen, Wünschen und Notwendigkeiten der Teilnehmenden werden die Fähigkeiten und Fertigkeiten in den Bereichen Lesen, Schreiben und Rechnen ausgebaut und gefestigt. Sie sind Grundlage für die weitere Verselbstständigung am Arbeitsplatz und im Privatleben und dienen der weiteren Integration von Menschen mit Behinderung in unsere Gesellschaft.
Dozentinnen: Kristina Lange, Gisela Rofalski, Isabelle Rohrbach, Roswitha Reschke
Unterrichtszeiten: 17.02. bis 31.07. (außerhalb gesetzl. Ferienzeiten)
Stadthagen,
Di, 17.02., 08.00-09.30 Uhr
Stadthagen,
Di, 17.02., 09.30-11.00 Uhr
Rinteln,
Di, 17.02., 12.45-15.00 Uhr
Obernkirchen,
Mi, 18.02., 13.30-15.00 Uhr
Stadthagen,
Do, 19.02., 08.00-09.30 Uhr
Stadthagen,
Do, 19.02., 09.30-11.00 Uhr
Stadthagen,
Do, 19.02., 11.00-12.30 Uhr

Lesen und Schreiben lernen

Für Anfänger/innen

Der Kurs ist für ausländische Mitbürger/innen gedacht, die auch in ihrer Muttersprache keine oder nur geringfügige Kenntnisse des Alphabets besitzen und das Schreiben und Lesen erlernen möchten.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kateryna Schöttelndreier
Mo / Mi, 16.02. - 04.05.,
12.30 – 15.00 Uhr, 18 Nachmittage
29,70 EUR
Gebühr bereits ermäßigt
KursNr: 794815

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kateryna Schöttelndreier
Mo / Mi, 11.05. - 13.07.,
12.30 – 15.00 Uhr, 18 Nachmittage
29,70 EUR
Gebühr bereits ermäßigt
KursNr: 794915

Lesen und Schreiben lernen

Für Fortgeschrittene

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kateryna Schöttelndreier
Mo / Mi, 16.02. - 04.05.,
09.00 - 11.30 Uhr, 18 Vormittage
29,70 EUR
Gebühr bereits ermäßigt
KursNr: 794615

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kateryna Schöttelndreier
Mo / Mi, 11.05. - 13.07.,
09.00 - 11.30 Uhr, 18 Vormittage
29,70 EUR
Gebühr bereits ermäßigt
KursNr: 794715

Lernförderangebote

Fit für das Abitur

Vor einer Abschlussprüfung überkommt einen manchmal die Sorge, den erforderlichen Stoff nicht bewältigen zu können, was einen zusätzlich blockiert. Somit möchten wir an mehreren Tagen hintereinander Bereiche wie Hörverständnisübungen, Grammatik, Zusammenfassungen, aktuelle Themen, Diskussionen in Englisch und passendes Vokabular durchgehen. Auch wird Raum für weitere Fragen und Unklarheiten in der englischen Sprache sein, so dass der jeweilige Kurs an den Bedürfnissen der Teilnehmenden ausgerichtet wird.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Regina Frohms
Fr, 13.02., 20.02., 27.02.,
jeweils 16.00 - 19.15 Uhr
Sa, 14.02., 21.02., 28.02.,
jeweils 10.00 - 13.15 Uhr
68,00 EUR
Materialkosten ca. 3,00 Euro
Anmeldeschluss: 04.02.
KursNr: 725815

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Debra Neher
Mo, 30.03. bis Do, 02.04.,
jeweils 08.30 - 12.45 Uhr
57,00 EUR
Materialkosten ca. 3,00 Euro
Anmeldeschluss: 20.03.
KursNr: 725502

TIPP

BERATUNG
wird bei uns groß geschrieben.
Die Mitarbeiter/innen der VHS (siehe Seite 3) nehmen sich Zeit für Ihre Anliegen.

Lernförderung im Rahmen des Paketes Bildung und Teilhabe

Die Volkshochschule Schaumburg bietet Lernförderung im Rahmen des sogenannten Bildungspaketes als Dienstleistung für den Landkreis Schaumburg (gem. §29 Abs. 1 Satz 1 SGB II bzw. §34a Abs. 2 Satz 1 SGB XII) an. Dies Angebot richtet sich an Schüler/innen aller Schulformen, die leistungsberechtigt im Sinne des Bildungspaketes sind und bei denen das Erreichen der schulrechtlichen Ziele gefährdet scheint. Mit einer Bestätigung der Schule, aus der hervorgehen muss, dass die Versetzung oder der Schulabschluss gefährdet ist und einer Kopie des entsprechenden Leistungsbescheides kann ein Antrag auf Lernförderung bei der VHS Schaumburg gestellt werden, der von uns direkt an das Sozialamt weitergeleitet wird. Vor der Aufnahme der Lernförderung ist eine Beratung zwingend notwendig.

Zweiter Bildungsweg

Beratung
Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05751 890214
unger-knippschild@vhs-schaumburg.de
Persönliche Beratung nach telefonischer Vereinbarung in Rinteln, VHS, Klosterstr. 26

Anerkannte Abschlüsse
Alle Schulabschlüsse, die durch schulische Weiterbildung an der VHS Schaumburg erreicht werden, sind staatlich anerkannte Abschlüsse.

Anmeldevoraussetzung
Alle Teilnehmenden müssen das 16. Lebensjahr vollendet und die Schulpflicht erfüllt haben. Eine persönliche Beratung oder die Teilnahme an der Informationsveranstaltung ist zwingend erforderlich.

Abmelderegelung
Abmeldungen sind nur schriftlich zum 30.06 und 31.12. jeden Jahres möglich.

Mitlernkurse
Einzelne Fächer der Abendlehrgänge können als Mitlernkurs belegt werden. Hier gelten die gesonderten Bedingungen.

Wichtiger Hinweis
Hauptschulabsolventen/innen können sofort anschließend den Realschulabschluss anstreben. Realschulabsolventen/innen bietet unser Lehrgangssystem die Möglichkeit das Abitur nachträglich zu erwerben.

Informationsmaterial
Für alle Lehrgänge der schulischen Weiterbildung gibt es Informationsmaterial. Bitte bei der VHS, Klosterstr. 26, 31737 Rinteln oder telefonisch unter 05751 890215 anfordern.

Die VHS Schaumburg sucht immer wieder...

- **wen?**
  Dozenten/innen, die mit Interesse und Motivation im Zweiten Bildungsweg und der Lernförderung auf Honorarbasis unterrichten
- **wofür?**
  Haupt-, Real- und Oberschullehrgänge in Tages- und Abendform sowie Lernförderung
- **für welche Zielgruppen?**
  Kinder, junge Erwachsene und Erwachsene
- **für welche Fächer?**
  Deutsch, Mathematik, Englisch, Französisch, Biologie, Physik, Erdkunde, Geschichte, Sozialkunde, Arbeit/Wirtschaft und Politik

Wir freuen uns auf Bewerbungen von Dozenten/innen mit Lehramtsstudium aller Schultypen und pädagogische Quereinsteiger mit (Fach-)Hochschulabschlüssen aus den Bereichen Technik, Fremdsprachen und Gesellschaftswissenschaften

Die Volkshochschule Schaumburg bietet regelmäßig Vorbereitungslehrgänge auf den nachträglichen Erwerb von Schulabschlüssen an

Dieses Angebot richtet sich ausschließlich an Personen, die mindestens 16 Jahre alt sind, ihre allgemeine Schulpflicht erfüllt und ihren ständigen Wohnsitz in Niedersachsen haben oder in Niedersachsen einer Erwerbstätigkeit und/oder Ausbildung nachgehen.

Vorbereitungslehrgänge zum nachträglichen Erwerb eines Haupt- oder Realschulabschlusses können montags bis freitags von 8.00 bis 13.00 Uhr in Rinteln oder von 13.00 bis 18.00 Uhr in Stadthagen besucht werden. Lehrgangsstart ist der erste Montag im August. Die Abschlussprüfungen werden vor den Sommerferien des Folgejahres abgelegt.

Lehrgänge im Abendschulbereich werden montags - donnerstags in der Zeit von 16.30 bis 22.00 Uhr in Rinteln angeboten. Lehrgangsstart ist jeweils der erste Montag im Februar. Die Abschlussprüfungen werden bis Mitte Dezember des gleichen Jahres abgelegt.

Der Unterricht zum nachträglichen Erwerb der allgemeinen Hochschulreife (Abitur) findet montags bis donnerstags in der Zeit von 17.15 bis 22.00 Uhr in Bückeburg statt. Lehrgangsstart ist ebenfalls der erste Montag im Februar. Der Lehrgang schließt nach fünf Semestern mit einer Zentralprüfung zum Erwerb der allgemeinen Hochschulreife ab.

Die Teilnehmenden werden in einem Lehrgang auf alle Nichtschüler/innenprüfungen vorbereitet. Die Abschlüsse im Bereich der Sekundarstufe I und II werden vor einem Prüfungsausschuss der Landesschulbehörde abgelegt. Die Prüfungsbehörde stellt nach erfolgreicher Prüfung ein Zeugnis aus. Die erreichten Schulabschlüsse sind den Abschlüssen an allgemeinbildenden Schulen gleich gestellt.

Bei entsprechenden Vorkenntnissen ist ein verspäteter Einstieg in einen laufenden Lehrgang ggf. möglich.

Eine persönliche Beratung oder die Teilnahme an einer Informationsveranstaltung ist vor Aufnahme eines Lehrgangs zwingend notwendig.

Abendhaupt- / Abendrealschule

Erwerb von Sek. I-Abschlüssen

Abschlüsse:
Hauptschulabschluss /
Sek. I-Hauptschulabschluss
Sek. I-Realschulabschluss /
Erweiterter Sekundarabschluss I
Voraussetzung für die Teilnahme am Realschullehrgang:
Sek. I-Hauptschulabschluss
Lehrgangsdauer:
04.02.2015 bis 17.12.2015
Mo - Do, 16.30 bis 22.00 Uhr
Ferienzeiten:
in der Regel wie an allgemeinbildenden Schulen
Lehrgangsgebühren:
Hauptschulabschluss 30,00 EUR
ohne Materialkosten
Realschulabschluss 50,00 EUR
ohne Materialkosten
monatlich durchlaufend und jeweils für den Beginn- und Endmonat in voller Höhe
Unterrichtsort:
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Information und Anmeldung:
Do, 08.01, 18.00 Uhr
Lassen Sie sich telefonisch für die Informationsveranstaltung vormerken!
KursNr: B 025100

Wichtiger Hinweis

Hauptschulabsolventen/innen können unmittelbar den Realschulabschluss anstreben. Realschulabsolventen/innen bietet unser integriertes Lehrgangssystem die Möglichkeit, nach weiteren fünf Semestern (2,5 Jahren) das Abitur nachträglich zu erwerben.

Abitur für Nichtschüler/innen

Abschluss:
Abitur
Für die Teilnahme werden von der VHS Schaumburg der Realschulabschluss und Grundkenntnisse in Französisch vorausgesetzt.
Lehrgangsdauer:
04.02.2015 bis 06.2017
Unterrichtszeiten:
Mo - Do, 17.15 bis 22.00 Uhr
Ferienzeiten:
in der Regel wie an allgemeinbildenden Schulen
Lehrgangsgebühren:
70,00 EUR
ohne Materialkosten
monatlich durchlaufend und jeweils für den Beginn- und Endmonat in voller Höhe. Der Lehrgang ist Bafög anerkannt.
Unterrichtsort:
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3A/3C
Information und Anmeldung:
Di, 06.01, 18.00 Uhr
Lassen Sie sich telefonisch für die Informationsveranstaltung vormerken!
KursNr: B 041500

Schaumburger Zeitung

Info-Material

Für alle Lehrgänge der Schulischen Weiterbildung gibt es Informationsmaterial. Bitte bei der VHS, Klosterstr. 26, 31737 Rinteln oder telefonisch unter 05751 890215 anfordern.

Lehrgänge mit Seiteneinstieg

Abitur für Nichtschüler/innen

Der laufende Lehrgang hat im Februar 2014 begonnen und endet im Juni 2016.
Die Teilnehmer/innen werden im Kurssystem auf die Prüfung zum nachträglichen Erwerb der allgemeinen Hochschulreife vorbereitet. Bei entsprechenden Vorkenntnissen ist ein Seiteneinstieg möglich.
Eine Beratung ist zwingend erforderlich.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3A/3C
KursNr: B 041400

Tageshaupt- / Tagesrealschule

Die laufenden Lehrgänge haben im September 2014 begonnen und enden im Juli 2015.
Ein Einstieg ist nach eingehender Beratung im Einzelfall möglich.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26 und Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
KursNr: B 024200 - B 024300

Vorankündigungen

Tageshaupt- / Tagesrealschule in Rinteln

Lehrgänge zum Erwerb von Sek. I-Abschlüssen

Abschlüsse:
Hauptschulabschluss /
Sek. I-Hauptschulabschluss
Sek. I-Realschulabschluss /
Erweiterter Sekundarabschluss I
Voraussetzung für die Teilnahme am Realschullehrgang:
Sek. I-Hauptschulabschluss
Lehrgangsdauer:
31.08.2015 bis 17.06.2016
Unterrichtszeiten:
Mo - Fr, 08.00 bis 13.00 Uhr
Ferienzeiten:
in der Regel wie an allgemeinbildenden Schulen
Lehrgangsgebühren:
Hauptschulabschluss 30,00 EUR
ohne Materialkosten
Realschulabschluss 50,00 EUR
ohne Materialkosten
monatlich durchlaufend und jeweils für den Beginn- und Endmonat in voller Höhe
Unterrichtsort:
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Information und Anmeldung:
Do, 13.08, 10.00 Uhr
Lassen Sie sich telefonisch für die Informationsveranstaltung vormerken!
KursNr: C 015200 - C 025200

Tageshaupt- / Tagesrealschule in Stadthagen

Lehrgänge zum Erwerb von Sek. I-Abschlüssen

Abschlüsse:
Hauptschulabschluss /
Sek. I-Hauptschulabschluss
Sek. I-Realschulabschluss /
Erweiterter Sekundarabschluss I
Voraussetzung für die Teilnahme am Realschullehrgang:
Sek. I-Hauptschulabschluss
Lehrgangsdauer:
31.08.2015 bis 17.06.2016
Unterrichtszeiten:
Mo - Fr, 13.00 bis 18.00 Uhr
Ferienzeiten:
in der Regel wie an allgemeinbildenden Schulen
Lehrgangsgebühren:
Hauptschulabschluss 30,00 EUR
ohne Materialkosten
Realschulabschluss 50,00 EUR
ohne Materialkosten
monatlich durchlaufend und jeweils für den Beginn- und Endmonat in voller Höhe
Unterrichtsort:
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Information und Anmeldung:
Mi, 12.08, 13.00 Uhr
Lassen Sie sich telefonisch für die Informationsveranstaltung vormerken!
KursNr: C 015300 - C 025300

VHS Schaumburg

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Bad Nenndorf					
Sozialleistungen im Überblick	154108	Betreuungsverein	DRK-Seniorenbegegnungsst., Brunnenstr. 2	16.04.15	37
Neue Wege in der Ölmalerei	814308	Heidi Marohn	Gymnasium, Horster Straße	10.02.15	47
Zeichnen lernen	814108	Bernhard Lehmann	Gymnasium, Horster Straße	21.02.15	46
Wie kann ich eine eigene Bildidee entwickeln?	814208	Heidi Marohn	Gymnasium, Horster Straße	14.03.15	46
Georg Philipp Telemann	344108	Dennis Hopp	Gymnasium, Horster Straße	06.06.15	41
Sprachen					
Einstufungsberatung	726008	Petra Rahde	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	13.02.15	78
Englisch Mittelstufe 3 (B1)	724608	Renate Schellhaus	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	16.02.15	85
Französisch Auffrischung Mittelstufe (B1)	734308	Petra Rahde	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	16.02.15	88
Englisch für Senioren Mittelstufe 1	724408	Renate Schellhaus	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	17.02.15	84
Englisch Grundstufe 6 (A2)	724508	Monika Bouillon	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	18.02.15	84
Englisch Grundstufe 3 (A1)	724108	Monika Bouillon	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	18.02.15	83
Englisch Grundstufe 5 (A2) für Senioren/innen	724308	Monika Bouillon	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	19.02.15	84
English Grammar and Speaking	724808	Petra Rahde	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	19.02.15	85
Französisch Conversation de tous les jours	734108	Edmund Kast	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	19.02.15	89
Englisch für Senioren Grundstufe 3 (A1)	724208	Renate Schellhaus	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	20.02.15	83
Beruf, EDV					
„Initiative Lauenhagen“	164115	Christel Schütte	Lauenhäger Bauernhaus, Hülshagen 10	11.02.15	120
Lernen Sie Ihr eigenes Notebook kennen!	54AZ15	Jürgen Enders	Bad Nenndorf, Mehrgenerationenhaus	09.03.15	112
Bückeburg					
Gesellschaft					
Auf dem Laufenden bleiben	124102	Jürgen Wiemer	VHS, Schloss 3 A/C	10.02.15	14
Ruhepunkte – Hilfen gegen Stress	954502	Dorothea Schulte-Girr	VHS, Schloss 3 A/C	11.02.15	63
Strom von der Sonne	914102	Dipl.-Ing. J. Hammermeister	VHS, Schloss 3 A/C	20.02.15	18
Solarwärme	914202	Dipl.-Ing. J. Hammermeister	VHS, Schloss 3 A/C	27.02.15	18
Heizen mit Erdwärme aus dem Garten	914302	Dipl.-Ing. J. Hammermeister	VHS, Schloss 3 A/C	06.03.15	18
Bequemes Heizen mit preiswerten Holzpellets	914402	Dipl.-Ing. J. Hammermeister	VHS, Schloss 3 A/C	13.03.15	18
Kinder und häusliche Gewalt	214111	Ingetraud Wehking	jbf-Centrum Bückeberg	17.03.15	22
Haus der kleinen Forscher	534102	E. von Löbbecke-Lauenroth	Alte Landfrauenschule, Jetenburger Str. 11	18.03.15	26
Wellness für den Körper und die Seele	934402	Jutta Dulkies	Wohnanlage der PLSW, Robert-Koch-Str. 1	10.04.15	34
Gedichte Europas	224102	Beate Josten	VHS, Schloss 3 A/C	18.04.15	28
Sozialleistungen im Überblick	154102	Kolb-Meyer	Seniorenres. Rosengarten, F.-Bach-Str. 13a	06.05.15	37
Omas vergessene Nachspeisen	924502	Jutta Dulkies	PGB Bückeburg	08.05.15	34
Bodytalk	224202	Christoph Teschner	VHS, Schloss 3 A/C	09.05.15	29
Erfolgreiche Gesprächs- und Verhandlungsführung	224802	Ingryt Paterok	VHS, Schloss 3 A/C	15.05.15	27
Mein Weg – Lebens- und Berufsplanung	223002	Maria Gierse-Westermeier	VHS, Schloss 3 A/C	15.06.15	29
Die Kunst des guten Fragens	224302	Christoph Teschner	VHS, Schloss 3 A/C	23.06.15	29
Kulturelle Bildung					
Tango Argentino (Grundkurs)	844102	Marco Melgarejo	VHS, Schloss 3 A/C	07.02.15	52
Tango Argentino (Fortgeschrittene)	844202	Marco Melgarejo	VHS, Schloss 3 A/C	07.02.15	52
Blumen zum Valentinstag	834102	Anna Marie Wecke	Georgstr. 6, Gärtnerei Wecke	13.02.15	51
Grundlagen der Digitalfotografie	874102	Stefan Schubert	VHS, Schloss 3 A/C	20.02.15	48
Da unten im Tale...	854102	Beate Josten	VHS, Schloss 3 A/C	26.02.15	49
Goldschmieden	824102	Susa Bünte	Schulstr. 16 a, Goldschmiede-Werkstatt	03.03.15	47
Literaturseminar	314102	Susanne Meeske-Geffroy	VHS, Schloss 3 A/C	04.03.15	40
Literarisches Kolloquium	314202	Prof. Dr. Andreas Meier	VHS, Schloss 3 A/C	06.03.15	41
Schmink-Workshop	934102	Patience Johnson	VHS, Schloss 3 A/C	06.03.15	54
Digitalfotografie für Fortgeschrittene	874202	Stefan Schubert	VHS, Schloss 3 A/C	06.03.15	48

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Bäume zeichnen und malen	814202	Gertrud Adrian	VHS, Schloss 3 A/C	07.03.15	45
Schottischer Ceilidh Tanz	844302	Ian Sharp	VHS, Schloss 3 A/C	14.03.15	52
Frühjahrs- und Osterschmuck	834202	Anna Marie Wecke	Georgstr. 6, Gärtnerei Wecke	14.03.15	51
GPS für Radler und Wanderer	594102	Detlef Bielinski	VHS, Schloss 3 A/C	16.04.15	53
Zeichnen lernen	814102	Bernhard Lehmann	VHS, Schloss 3 A/C	18.04.15	46
Focusing und skizzieren	814302	Ilka Franke	VHS, Schloss 3 A/C	09.05.15	45
Friedrich Bach und seine Brüder	344102	Dennis Hopp	VHS, Schloss 3 A/C	09.05.15	41
Portraitfotografie	874302	Stefan Schubert	VHS, Schloss 3 A/C	13.06.15	49
Gesundheit					
Geburtshilfe heute: Sanft und sicher	944102	Dr. Annette Uhlhorn	Ev. Krankenhaus Bethel, MA-Speisesaal	03.02.15	57
Yoga in den späteren Jahren	954102	Siegrid Schumacher	VHS, Schloss 3 A/C	04.02.15	64
Schreiben macht einfach Spaß	954702	Dorothee Pfeiffer	VHS, Schloss 3 A/C	07.02.15	63
Yoga am Morgen	954202	Karin Schott	VHS, Schloss 3 A/C	09.02.15	64
Künstliches Schultergelenk	944202	Martina Busche	Ev. Krankenhaus Bethel, MA-Speisesaal	10.02.15	57
Rückenschulung	964102	Cross-Team/M. Schünemann	Badeinstitut Hey, Pulverstr. 4	10.02.15	70
Anti-Stress-Training	955402	Magdalena von Hagenburg	VHS, Schloss 3 A/C	17.02.15	62
Pilates für Anfänger/innen	964602	Doris Franke-Voth	VHS, Schloss 3 A/C	20.02.15	69
Gehmeditationen	955302	Dorothee Pfeiffer	VHS, Schloss 3 A/C	21.02.15	62
Psychohygiene – Balsam für die Seele	955002	Doris Franke-Voth	VHS, Schloss 3 A/C	28.02.15	56
Yogilates und Meditation	955202	Doris Franke-Voth	VHS, Schloss 3 A/C	28.02.15	69
Yogilates und Meditation	955102	Doris Franke-Voth	VHS, Schloss 3 A/C	06.03.15	69
Brustverkleinerung – Befreit von der Last	944302	Dr. Sören Schramm	Ev. Krankenhaus Bethel, MA-Speisesaal	10.03.15	58
Yoga	954302	Wolfgang Teschner	VHS, Schloss 3 A/C	16.03.15	65
Phobien und Ängste	944902	Magdalena von Hagenburg	VHS, Schloss 3 A/C	17.03.15	56
Fußdeformitäten	944402	Frank Käber	Ev. Krankenhaus Bethel, MA-Speisesaal	18.03.15	58
Schmerzen rund um das Hüftgelenk	944502	Dr. Florian Barth	Ev. Krankenhaus Bethel, MA-Speisesaal	21.04.15	58
Reflexzonenmassage	954602	Rotraud Ferber	VHS, Schloss 3 A/C	09.05.15	67
Intensivmedizin heute	944602	Frau Dr. Roessler	Ev. Krankenhaus Bethel, MA-Speisesaal	12.05.15	59
Ein Leben mit Kunstgelenken	944702	Martina Busche	Ev. Krankenhaus Bethel, MA-Speisesaal	19.05.15	59
Yoga zum Kennenlernen	954402	Karin Schott	VHS, Schloss 3 A/C	22.05.15	64
Schmerzmedizin	944802	Dr. Hubertus Finsterwalder	Ev. Krankenhaus Bethel, MA-Speisesaal	02.06.15	59
Authentisches Medizinisches Qi Gong	964702	Rotraud Ferber	VHS, Schloss 3 A/C	13.06.15	66
Essverhalten	945002	Magdalena von Hagenburg	VHS, Schloss 3 A/C	30.06.15	56
Sprachen					
BU Business English Aufbaukurs (B1/B2)	724402	Renate Schellhaus	VHS, Schloss 3 A/C	02.02.15	86
Einstufungsberatung	726002	Renate Schellhaus	VHS, Schloss 3 A/C	12.02.15	78
Schwedisch Kompakt Grundstufe 2 (A1)	784802	Martin Wichmann	VHS, Schloss 3 A/C	13.02.15	93
Englisch für Senioren/innen Grundstufe 4 (A2)	724702	Barbara Köhler-Spiess	VHS, Schloss 3 A/C	16.02.15	84
Französisch Grundstufe 2 (A1)	734402	Aryel Maurino-Grützmann	VHS, Schloss 3 A/C	16.02.15	88
English Conversation B1/B2	725402	Gillian Ririe	VHS, Schloss 3 A/C	16.02.15	85
Französisch Conversation	734702	Astrid Propfe	VHS, Schloss 3 A/C	17.02.15	89
Englisch Grundstufe 4 (A2)	724602	Bettina Wenthe	VHS, Schloss 3 A/C	17.02.15	84
Spanisch Grundstufe 4 (A2)	764602	Marilys Montesinos	VHS, Schloss 3 A/C	17.02.15	90
Russisch für Anfänger/innen	754102	Irina Künne	VHS, Schloss 3 A/C	17.02.15	93
Spanisch Grundstufe 2 (A1)	764402	Marilys Montesinos	VHS, Schloss 3 A/C	17.02.15	90
Französisch Grundstufe 4 (A2)	734502	Aryel Maurino-Grützmann	VHS, Schloss 3 A/C	18.02.15	88
Französisch Conversation	734602	Aryel Maurino-Grützmann	VHS, Schloss 3 A/C	18.02.15	89
Italienisch Grundstufe 4 (A2)	744402	Karin Möllmann	VHS, Schloss 3 A/C	18.02.15	91
Englisch Auffrischung (B1)	724902	Monika Kressin	VHS, Schloss 3 A/C	19.02.15	85
Englisch Grundstufe 3 (A1)	724502	Angelika Hövermann	VHS, Schloss 3 A/C	19.02.15	83
Englisch Auffrischung (B1)	725002	Monika Kressin	VHS, Schloss 3 A/C	19.02.15	85
Englisch Grundstufe 1 (A1)	725102	Angelika Hövermann	VHS, Schloss 3 A/C	19.02.15	83
Deutsch Grundstufe geringe Vorkenntn. (A1/A2)	714202	Bettina Wenthe	VHS, Schloss 3 A/C	19.02.15	79
Deutsch Grundstufe erweiterte Vorkenntn. (B1/B1+)	714302	Zuzanna Skibicka	VHS, Schloss 3 A/C	19.02.15	79
Niederländisch Grundstufe 2 (A1)	784202	Jutta Winkler	VHS, Schloss 3 A/C	19.02.15	92
Niederländisch Grundstufe 1 (A1)	784102	Jutta Winkler	VHS, Schloss 3 A/C	19.02.15	92
Fit für das Abitur	725502	Debra Neher	VHS, Schloss 3 A/C	30.03.15	87
Sprachfeststellungstest mündlich A1/A2 (GER)	715002	Gabriela Bollmann	VHS, Schloss 3 A/C	09.04.15	78

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Schwedisch Kompakt Grundstufe 1 (A1)	784602	Martin Wichmann	VHS, Schloss 3 A/C	17.04.15	93
BU Spanisch 1 (A1)	764102	Lorena Harttrumpf	VHS, Schloss 3 A/C	20.04.15	89
BU Englisch Auffrischung Grundstufe (A2)	724102	Vera Künzel-Kruse	VHS, Schloss 3 A/C	11.05.15	82
BU Französisch 1 (A1)	734102	Aryel Maurino-Grützmann	VHS, Schloss 3 A/C	18.05.15	87
BU Spanisch 3 (A1)	764302	Lorena Harttrumpf	VHS, Schloss 3 A/C	08.06.15	90
BU Englisch Auffrischung Mittelstufe (B1)	724202	Vera Künzel-Kruse	VHS, Schloss 3 A/C	15.06.15	82
Italienisch 1 Bildungsurlaub (A1)	744102	Karin Möllmann	VHS, Schloss 3 A/C	22.06.15	91
BU Business English Grundkurs (A2/B1)	725202	Renate Schellhaus	VHS, Schloss 3 A/C	29.06.15	86
Französisch 2 Bildungsurlaub (A1)	734202	Aryel Maurino-Grützmann	VHS, Schloss 3 A/C	06.07.15	87
Französisch 3 Bildungsurlaub (A1)	734302	Aryel Maurino-Grützmann	VHS, Schloss 3 A/C	13.07.15	87
BU Business English Aufbaukurs (B1/B2)	725302	Renate Schellhaus	VHS, Schloss 3 A/C	13.07.15	86
BU Italienisch 2 (A1)	744202	Karin Möllmann	VHS, Schloss 3 A/C	13.07.15	91
BU Spanisch 2 (A1)	764202	Lorena Harttrumpf	VHS, Schloss 3 A/C	13.07.15	89
Beruf, EDV					
Selbst- und Fremdwahrnehmung	224602	Claudia Strauss	VHS, Schloss 3 A/C	12.03.15	120
Überzeugendes Auftreten im Bewerbungsgespräch	59AS02	Sarah Jäkel	VHS, Schloss 3 A/C	14.03.15	116
Tipps, Tricks und Techniken für gute Texte im Beruf	59AT02	Sarah Jäkel	VHS, Schloss 3 A/C	13.04.15	116
Grundbildung, Zweiter Bildungsweg					
Abitur für Nichtschüler/innen	041500	Dozententeam	VHS, Schloss 3 A/C	06.01.15	134

Lauenau

Frühlings-Kräuterwanderung im Deister	534106	Sieglinde Fink	Lauenau, Treffpunkt am ZOB	24.04.15	20

Lindhorst

Yoga am Vormittag	954207	Annelie Schneider	Bahnhofstr. 55 a	11.02.15	64
Hatha-Yoga	954307	Annelie Schneider	Bahnhofstr. 55 a	12.02.15	66
Hatha-Yoga	954507	Annelie Schneider	Bahnhofstr. 55 a	17.02.15	66
Hatha-Yoga	954607	Annelie Schneider	Bahnhofstr. 55 a	18.02.15	66

Obernkirchen

Amateurtheater	864111	Jürgen Morche	Schulzentrum, Adm.-Scheer-Str. 2	02.02.15	40
Lesen, Schreiben und Rechnen von Anfang an	794311	Isabelle Rohrbach	PLSW Obernkirchen	18.02.15	75
Schnupperkurs: Golf	884111	Sebastian Neuhaus	Golfclub Schaumburg, Röserheide 2	02.05.15	53
Schnupperkurs: Golf	884211	Sebastian Neuhaus	Golfclub Schaumburg, Röserheide 2	13.06.15	53

Rinteln

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Gesellschaft					
Auf dem Laufenden bleiben	124112	Jürgen Wiemer	VHS, Klosterstr. 26	05.02.15	14
Auf dem Laufenden bleiben	124212	Jürgen Wiemer	VHS, Klosterstr. 26	05.02.15	14
Frauen über 65	124312	Anne-Katrin Link	VHS, Klosterstr. 26	24.02.15	14
Frauen über 65	124412	Anne-Katrin Link	VHS, Klosterstr. 26	03.03.15	14
Nutzen Sie ihr Gehirn optimal?!	224212	Axel Bürger	VHS, Klosterstr. 26	05.03.15	61
Wiedereinsteigen – und sich gut präsentieren	224812	Beate Josten	VHS, Klosterstr. 26	21.04.15	121
Sozialleistungen im Überblick	154112	Kolb-Meyer	Betreuungsverein, B.-v.-Münchhausen-Weg 2	28.04.15	37
Selbstmanagement mit NLP	224312	Axel Bürger	VHS, Klosterstr. 26	07.05.15	28
Workshop in Zeit- und Selbstmanagement	224112	Axel Bürger	VHS, Klosterstr. 26	28.05.15	27
Selbst-Coaching	224512	Ingryt Paterok	VHS, Klosterstr. 26	29.05.15	27
„Auf dem Weg bleiben“	224912	Charlotte Jennings	VHS, Klosterstr. 26	01.06.15	122
Karl Marx	234112	Prof. Dr. Peter Moritz	VHS, Klosterstr. 26	07.06.15	20
Babysitter-Kurs	214112	Horst Hillen	VHS, Klosterstr. 26	13.06.15	38
Für Menschen mit Behinderung					
„Einmal ein Star auf der Bühne sein!“	314512	Joanna Komander	Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	04.02.15	32
„Einmal ein Star auf der Bühne sein!“	314612	Joanna Komander	Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	04.02.15	32
Brotaufstriche	892012	Jutta Dulkies	Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	06.02.15	32
Valentinstag – Tag der Liebenden	894112	Hannelore Sauermann	Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	07.02.15	34
Männer unter sich	225512	Klaus Harms	Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	09.02.15	33
Brotaufstriche	892112	Jutta Dulkies	Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	13.02.15	32
Brotaufstriche	892212	Jutta Dulkies	Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	20.02.15	32
Filzbilder	835312	Barbara Liebscher	Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	21.02.15	34
Brotaufstriche	892312	Jutta Dulkies	Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	27.02.15	32
Frauen im Gespräch	225612	Maria Fichte	Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	28.02.15	33
Brotaufstriche	892412	Jutta Dulkies	Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	13.03.15	32
Freundschaftsarmbänder filzen	835412	Barbara Liebscher	Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	21.03.15	34
Bewegung mit Musik – Angrillen	894412	Ursula Kirchner	Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	21.03.15	32
Fensterschmuck für die Dekoration	894612	Ursula Kirchner	Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	18.04.15	32
Kulturelle Bildung					
Schnuppertauchen	884212	Jürgen Herden	Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3	02.02.15	52
Sporttauchen für Anfänger/innen	884312	Jürgen Herden	Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3	09.02.15	52
Afrikanisches Trommeln	854112	Aik Hüllhorst	VHS, Klosterstr. 26	01.03.15	49
Experimentieren mit Acryl- und Temperafarbe	814412	Martina Grandhomme	VHS, Klosterstr. 26	10.03.15	44
Leinwände mit Servietten gestalten	824412	Mona Rahms-Eldessouky	VHS, Klosterstr. 26	14.03.15	51
Zeichnen, Malen, Drucken	814112	Martina Grandhomme	VHS, Klosterstr. 26	18.03.15	45
Liebe sagt man schön und richtig	814512	Uta Melletat	VHS, Klosterstr. 26	11.04.15	42
Figürliches Arbeiten mit Keramik	824712	Gudrun-S. Frommhage-Davar	VHS, Klosterstr. 26	11.04.15	42
Langer Malabend	814212	Martina Grandhomme	VHS, Klosterstr. 26	17.04.15	44
Nassfilzen: Eine Filzkugel – viele Möglichkeiten	824512	Mona Rahms-Eldessouky	VHS, Klosterstr. 26	18.04.15	51
Bildhauerei in Stein	824112	Arthur Friske	Steingarten an der Paschenburg, Remise	24.04.15	47
Schnupperkurs Bogenschießen	884112	Merve Victoria	Sportplatz Todenmann	09.05.15	54
Bildhauerei in Stein	824212	Arthur Friske	Steingarten an der Paschenburg, Remise	16.05.15	54
Bildhauerei in Stein	824312	Arthur Friske	Steingarten an der Paschenburg, Remise	29.05.15	47
Künstlerbücher, Papierobjekte und mehr	814312	Martina Grandhomme	VHS, Klosterstr. 26	30.05.15	45
Tauchen für Fortgeschrittene	884412	Jürgen Herden	VHS, Klosterstr. 26	17.06.15	53
Motorradtour auf den Spuren von Max und Moritz	424112	Olaf Boegner	Rinteln-Exten, Angerstr. Platz am Denkmal	21.06.15	43
Schmuckgestaltung/Goldschmieden	824612	Kathrin Herstelle	VHS, Klosterstr. 26	27.06.15	47
Fotofreizeit auf Großsegelschiff in Holland	874100	Gerhard Gömmel	VHS, Klosterstr. 26	04.07.15	49

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Gesundheit					
Stärkung der Eltern-Kind-Bindung	214512	Stephanie Clausing	Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum	07.01.15	60
Schwimmen und Wassergymnastik	964412	Lothar Schön	Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3	03.02.15	70
Aktiv und schwungvoll durch den Tag	964612	Beate-Maria Treff	VHS, Klosterstr. 26	03.02.15	67
Fit im Kopf	964212	Beate-Maria Treff	VHS, Klosterstr. 26	04.02.15	61
Yoga	954112	Helga Kaesberg-Thielke	VHS, Klosterstr. 26	04.02.15	64
Allgemeine Gymnastik und Wirbelsäulengymnastik	964512	Alireza Shirbaz	VHS, Klosterstr. 26	04.02.15	70
Fit in den Frühling	964112	Gabriele Bricke	Schulzentrum-Sporthalle, Burgfeldsweide 2	05.02.15	68
Bauch-, Beine-, Po-Gymnastik (BBP)	964312	Marie Robinson	VHS, Klosterstr. 26	05.02.15	68
Von 0 auf 100	964712	Gabriela Lukas	VHS, Klosterstr. 26	19.02.15	69
Hüftgelenksarthrose	944312	Dr. Florian Barth	Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5	24.02.15	57
Dem Leben auf der Spur	954212	Dorothee Pfeiffer	VHS, Klosterstr. 26	28.02.15	40
Kniegelenkarthrose: Was nun?	944412	Dr. Karl-Heinz Thielke	Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5	03.03.15	58
Wie fördere ich meinen Säugling richtig?	214312	Dietlind Nieschke	Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum	04.03.15	60
Frauenherzen schlagen anders	944112	Dr. Christian Vielhauer	Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum	11.03.15	61
Von Marrakesch bis Madagaskar	924312	Karsten Klaus	Hauptschule, Ostertorstr. 23	14.03.15	72
Sportmedizin im Alltag	944512	Dr. Hartmut Hasert	Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5	17.03.15	58
Die Wechseljahre	944212	Silvia Montag	Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum	25.03.15	61
Stärkung der Eltern-Kind-Bindung	214612	Stephanie Clausing	Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum	01.04.15	60
Demenz	944612	Dr. Christoph Hunnius	Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5	14.04.15	58
Unfall- und Frakturversorgung im Landkreis SHG	944712	Lars Blase	Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5	22.04.15	59
Frühlingsfrische Küche	924212	Karsten Klaus	Hauptschule, Ostertorstr. 23	09.05.15	71
Wie fördere ich meinen Säugling richtig?	214412	Dietlind Nieschke	Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum	03.06.15	60
Babies schlafen anders	214212	Stephanie Clausing	Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum	10.06.15	61
Arthroskopische Kniegelenkchirurgie	944812	Dr. Karl-Heinz Thielke	Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5	23.06.15	59
Hüftarthrose	944912	Dr. Hartmut Hasert	Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5	14.07.15	59
Es muss nicht immer Bratwurst sein	924112	Karsten Klaus	Klaus Karsten, Rinteln	18.07.15	71
Sprachen					
Einstufungsberatung	727012	Renate Schellhaus	VHS, Klosterstr. 26	11.02.15	82
Deutsch Lesen, Schreiben, Rechnen von Anfang an	794112	Roswitha Reschke	PLSW Rinteln, Dieselstr. 3	17.02.15	75
Spanisch Grundstufe 2	764212	Lorena Harttrumpf	VHS, Klosterstr. 26	17.02.15	90
Deutsch Grundstufe mit Vorkenntnissen (A1+/A2)	714212	Heinz Hering	VHS, Klosterstr. 26	17.02.15	79
Deutsch Mittelstufe (B1/B2)	714312	Sigrid Hering	VHS, Klosterstr. 26	17.02.15	79
Englisch Auffrischung (B1)	724812	Debra Neher	VHS, Klosterstr. 26	17.02.15	85
Spanisch Grundstufe 6	764312	Lorena Harttrumpf	VHS, Klosterstr. 26	17.02.15	90
Englisch Grundstufe 4 (A2)	724112	Debra Neher	VHS, Klosterstr. 26	18.02.15	83
Deutsch Aufbaustufe (B2/C1)	714412	Sigrid Hering	VHS, Klosterstr. 26	18.02.15	79
Deutsch Grundstufe ohne/mit ger. Vorkenntn. (A1)	714112	Heinz Hering	VHS, Klosterstr. 26	18.02.15	79
Englisch Grundstufe 6 (A2)	724612	Regina Frohms	VHS, Klosterstr. 26	18.02.15	84
Französisch Mittelstufe 2 (B1)	734312	Christine Brétignol-Kemker	VHS, Klosterstr. 26	18.02.15	88
Englisch Grundstufe 2 (A1)	724412	Regina Frohms	VHS, Klosterstr. 26	18.02.15	83
Englisch Mittelstufe 3 (B1)	724212	Regina Frohms	VHS, Klosterstr. 26	19.02.15	85
Englisch Mittelstufe 3 (B1)	724312	Regina Frohms	VHS, Klosterstr. 26	19.02.15	85
Französisch Grundstufe 2 (A1)	734112	Christine Brétignol-Kemker	VHS, Klosterstr. 26	19.02.15	88
Französisch Grundstufe 1	734612	Christine Brétignol-Kemker	VHS, Klosterstr. 26	19.02.15	88
English Conversation A2/B1	724912	Debra Neher	VHS, Klosterstr. 26	20.02.15	85
Beruf, EDV					
„Initiative Rinteln“	164112	Nicole Glaß	Familienzentrum Kulisse, Ostertorstr. 2	29.01.15	120
Tastschreiben am Computer	544512	Heidrun Pallagst	VHS, Klosterstr. 26	13.02.15	97
Computerclub für Senioren/innen	54AG12	Jürgen Enders	VHS, Klosterstr. 26	16.02.15	112
Erste Schritte am Computer / Windows	544212	Norbert Bruns	VHS, Klosterstr. 26	20.02.15	97
Computer Aktuell	544812	Gabriele Pape	VHS, Klosterstr. 26	23.02.15	98
Die bunte Welt der Tablets	546412	Jan Mundhenk	VHS, Klosterstr. 26	28.02.15	100
Computer-Einstieg für Senioren/innen	54AC12	Jürgen Enders	VHS, Klosterstr. 26	02.03.15	111
iPhone und iPad – Grundlagen	546712	Jan Mundhenk	VHS, Klosterstr. 26	07.03.15	101
Internet Einstieg	545812	Norbert Bruns	VHS, Klosterstr. 26	20.03.15	99
Marke „Ich“	224712	Cornelia Szalies	VHS, Klosterstr. 26	13.04.15	121

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
MS Word Einstieg	547912	Cornelia Szalies	VHS, Klosterstr. 26	14.04.15	103
Vom Digitalbild zum Fotobuch für Senioren/innen	54AM12	Norbert Bruns	VHS, Klosterstr. 26	27.04.15	113
Professionelle Büroassistenz Texte im Beruf	59AV12	Gabriele Pape	VHS, Klosterstr. 26	27.04.15	121
MS Excel Einstieg	548512	Cornelia Szalies	VHS, Klosterstr. 26	28.04.15	104
Lernen Sie Ihr Notebook kennen! Für Senioren/innen	54AE12	Jürgen Enders	VHS, Klosterstr. 26	04.05.15	112
Android-Smartphone und Tablet. Für Senioren/innen	54AN12	Jan Mundhenk	VHS, Klosterstr. 26	04.05.15	113
Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch	546012	Norbert Bruns	VHS, Klosterstr. 26	04.05.15	99
Android-Smartphone und Tablet im Griff	547312	Jan Mundhenk	VHS, Klosterstr. 26	05.05.15	102
Überzeugend präsentieren mit PowerPoint	549412	Gabriele Pape	VHS, Klosterstr. 26	11.05.15	106
MS Word Aufbau	548012	Cornelia Szalies	VHS, Klosterstr. 26	19.05.15	103
Android-Smartphone und Tablet – Fortgeschrittene	547412	Jan Mundhenk	VHS, Klosterstr. 26	27.05.15	102
Haus- und Facharbeiten	545612	Gabriele Pape	VHS, Klosterstr. 26	01.06.15	100
iPhone und iPad – für Fortgeschrittene (Specials)	547012	Jan Mundhenk	VHS, Klosterstr. 26	20.06.15	101
Informationsmanagement mit Microsoft OneNote	549212	Jan Mundhenk	VHS, Klosterstr. 26	27.06.15	105
Tastschreiben am Computer	544412	Heidrun Pallagst	VHS, Klosterstr. 26	03.07.15	97
Grundbildung, Zweiter Bildungsweg					
Lernen! – Darf es auch etwas schneller sein?	084112	Heiner Otto Hirtzbruch	VHS, Klosterstr. 26	18.04.15	117
Kreativer denken und lernen?	084212	Heiner Otto Hirtzbruch	VHS, Klosterstr. 26	30.05.15	117
Tageshaupt-/Tagesrealschule	015200	Dozententeam	VHS, Klosterstr. 26	31.08.15	135

Rodenberg

Gesellschaft, Kulturelle Bildung					
Vollwerternährung Aufbaukurs	924213	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	04.02.15	70
Einstieg in die Vollwerternährung	924113	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	05.02.15	70
Tanzkreis	844113	Gerti Neidhardt	Schulzentrum, Suntalstr. 19	16.02.15	52
Englisch Auffrischung (B1)	724113	Petra Rahde	Schulzentrum, Suntalstr. 19	17.02.15	85
Kraft schöpfen	954113	Elisabeth Köster	Backhaus, Deisterstr. 17	21.02.15	63
Vollwertkost am Vormittag	924413	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	03.03.15	71
Vollwertkost am Vormittag	924313	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	05.03.15	71
Kraft schöpfen	954213	Elisabeth Köster	Backhaus, Deisterstr. 17	13.03.15	63
Vollkornbäckerei	924613	Ulrich Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	20.03.15	71
Fit mit Frischkost	924713	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	15.04.15	71
Aufstriche selbstgemacht	924513	Ulrich Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	16.04.15	71
Für Menschen mit Behinderung					
Pferde erleben und verstehen	884113	Sus. Fischer/Petra Richter	Groß Hegesdorf, Reitschule Hartmann	11.04.15	33
Pferde erleben und verstehen	884213	Sus. Fischer/Petra Richter	Groß Hegesdorf, Reitschule Hartmann	25.04.15	33
Reiten lernen einmal anders	884313	Sus. Fischer/Petra Richter	Groß Hegesdorf, Reitschule Hartmann	30.05.15	33

Sachsenhagen

Schaumburger Bergbau	114314	Erich Hofmeister	Hagenburg, „Annes Treff“, Steinh.-Meer-Str.	25.02.15	17
Frühlings-Kräuterwanderung	534114	Sieglinde Fink	Hagenburg, Parkplatz der Grundschule	15.04.15	20

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite

Stadthagen

Gesellschaft

Politik braucht Frauen!	160415	Petra-Johanna Regner	VHS, Jahnstr. 21 A	16.01.15	12
Auf dem Laufenden bleiben	124115	Jürgen Wiemer	VHS, Jahnstr. 21 A	04.02.15	14
Mädchentreff	955715	Gisela Schäfer	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	04.02.15	23
Auf Biegen und Flechten	534615	Klaus Geweke	PLSW Industrieservice, Am Helweg 12	07.02.15	19
Elterngespräche für Alleinerziehende	215715	Britta Kunze	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	10.02.15	24
Theater und Erfahrung	164215	Renate Junklewitz	>alte polizei<, Obernstr. 29	11.02.15	40
Exkursionen durch das Alte Testament	244115	Johannes Tuschhoff-Cicigoi	VHS, Jahnstr. 21 A	17.02.15	22
Auf Biegen und Flechten	534515	Klaus Geweke	PLSW Industrieservice, Am Helweg 12	21.02.15	19
Selbstbewusste Kinder	215515	Birgit Schaper-Gerdes	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	24.02.15	24
Mediation	225315	Gisela Natzel	VHS, Jahnstr. 21 A	27.02.15	27
Starke Mütter	214815	Birgit Schaper-Gerdes	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	28.02.15	24
Abschied und Trauer in meinem Leben	164415	Gudrun Prange	VHS, Jahnstr. 21 A	28.02.15	38
Früherkennung von Risikomerkmalen	214515	Birgit Schaper-Gerdes	Kreishaus, Saal 3, Jahnstr. 20	02.03.15	26
Nachgefragt bei ...	125215	Marc Fügmann	VHS, Jahnstr. 21 A	02.03.15	13
Gewalt und Fußball	154315	Hans-Jürgen Mahnkopf	VHS, Jahnstr. 21 A	05.03.15	14
„Ich und Du“	214115	Bettina Abraham	Kirchengemeinde St. Joseph, Bahnhofstr. 3	06.03.15	26
Einführung in die Systemische Familienberatung	224515	Elfriede Bredbeck	VHS, Jahnstr. 21 A	07.03.15	123
Einstieg ins politische Geschäft – worum geht es?	124315	Erika Weber	VHS, Jahnstr. 21 A	07.03.15	12
Die Kunst des guten Gesprächs	224115	Christoph Teschner	VHS, Jahnstr. 21 A	07.03.15	29
Rückwärts und alles vergessen	164315	Dorothee Rottmann-Heuer	Paritätische Lebenshilfe, Enzer Str. 50	10.03.15	37
Wenn Kinder trotzen	215015	Birgit Schaper-Gerdes	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	10.03.15	24
LeiterInnen-AG Kindertageseinrichtungen	215415	Maria Gierse-Westermeier	Jakob-Dammann-Haus, Marienburger Str. 10	12.03.15	26
Präsent Sein – Sich Präsentieren	224215	Beate Josten	VHS, Jahnstr. 21 A	13.03.15	12
Kinder sind wunderbar!	214415	Dr. phil. H. von Schoenebeck	VHS, Jahnstr. 21 A	17.03.15	23
Gedenkstätten u. a. Formen der Erinnerungskultur	114115	Klaus Maiwald	VHS, Jahnstr. 21 A	19.03.15	17
Einführung in das NLP	224915	Rita Kreikebohm	VHS, Jahnstr. 21 A	20.03.15	28
Wege durch das Neue Testament	244215	Johannes Tuschhoff-Cicigoi	VHS, Jahnstr. 21 A	14.04.15	22
DUO – Gemeinsam leben macht stark	164515	Dozententeam	VHS, Jahnstr. 21 A	17.04.15	14
Professionelle Kommunikation, Beratungskompetenz	222015	Ingryt Paterok	VHS, Jahnstr. 21 A	17.04.15	123
Erziehung zwischen Freiheit und Grenzen	215115	Birgit Schaper-Gerdes	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	21.04.15	25
Buddhismus heute	244315	Michael Schmidt	VHS, Jahnstr. 21 A	23.04.15	21
Frühlings-Kräuterwanderung im Schaumb. Wald	534215	Sieglinde Fink	Mittelbrink	27.04.15	20
Starke Eltern – Starke Kinder	214715	Birgit Schaper-Gerdes	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	30.04.15	25
Selbstverteidigung für Frauen	884215	Jessika Schenke	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	04.05.15	25
Kinder als Naturforscher	534315	E. von Löbbecke-Lauenroth	Hespe, Büro für angew. Biologie, Oststr. 9	06.05.15	26
Mein Weg in die Politik	124215	Prof. Dr. Rita Süßmuth	VHS, Jahnstr. 21 A	08.05.15	13
Tanz und Meditation	844415	Gudrun Prange	VHS, Jahnstr. 21 A	10.05.15	63
Elterngespräche angstfrei führen	214315	Birgit Schaper-Gerdes	Jakob-Dammann-Haus, Marienburger Str. 10	12.05.15	26
Kinder als Naturforscher	534415	E. von Löbbecke-Lauenroth	Hespe, Büro für angew. Biologie, Oststr. 9	20.05.15	26
Katharina von Bora – bessere Hälfte von Martin Luther	245515	Dr. Karl-Hinrich Manzke	VHS, Jahnstr. 21 A	18.06.15	13
Ich will so bleiben wie ich bin!	224315	Claudia Kraupner	VHS, Jahnstr. 21 A	11.07.15	15

Kurse für Menschen mit Behinderung

Entspannung	226215	Dorothea Schulte-Girr	Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring	02.02.15	36
Entspannung	226315	Dorothea Schulte-Girr	Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring	02.02.15	36
Theaterprojekt: „Die Traumwelt des Musicals“	314215	Joanna Komander	Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring	04.02.15	36
Theaterprojekt: „Die Traumwelt des Musicals“	314315	Joanna Komander	Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring	04.02.15	36
Freizeit einmal anders	894115	U. Schumann/G. Rofalski	Schule am Bürgerwald	05.02.15	32
Gesellschaftstänze	844915	Uschi Braun	Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring	13.02.15	36
Gebärdensprache zum Schnuppern	785215	Claudia Kraupner	VHS, Jahnstr. 21 A	14.02.15	35
Filzbilder	835315	Barbara Liebscher	Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring	21.02.15	35
Ausflug in die Körper- und Gebärdensprache	785115	Claudia Kraupner	VHS, Jahnstr. 21 A	23.02.15	35
Gebärdensprache Aufbaukurs	785515	Jutta Drescher	VHS, Jahnstr. 21 A	26.02.15	35
Frühjahrs- und Osterschmuck	834115	Anna Marie Wecke	Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring	16.03.15	36
Arbeitskreis „Kunst und Behinderung“	165115	Gudrun Bokeloh	Atelier am Bruchhof	18.03.15	33
Projekt Naturschutzwerkstatt	534115	Klaus Geweke	>alte polizei<, Obernstr. 29	20.03.15	33

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Freundschaftsarmbänder filzen	835415	Barbara Liebscher	Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring	21.03.15	36
Gesunde Speisen während der Osterzeit	924515	Gudrun Bichtemann	Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring	31.03.15	36
Bilder hauen in Stein	824115	Kai Kandziora	Atelier am Bruchhof	09.04.15	36
Deutsche Gebärdensprache (DGS 1)	785315	Jutta Drescher	VHS, Jahnstr. 21 A	20.04.15	35
Deutsche Gebärdensprache (DGS) Fortgeschr.	785415	Jutta Drescher	VHS, Jahnstr. 21 A	08.06.15	35
Kulturelle Bildung					
Sportbootführerschein Binnen	884415	Siegfried Goehring	VHS, Jahnstr. 21 A	04.02.15	53
Orientalischer Tanz Anfänger/innen 2	844515	Mandy Crede	VHS, Jahnstr. 21 A	05.02.15	51
Orientalischer Tanz Mittelstufe/Fortgeschrittene	844315	Mandy Crede	VHS, Jahnstr. 21 A	05.02.15	51
Schneidern Anfänger	934115	Hannelore Wille	VHS, Jahnstr. 21 A	09.02.15	48
Gitarre	854115	Walter Wilke	VHS, Jahnstr. 21 A	10.02.15	49
Schneidern Anfänger und Fortgeschrittene	934215	Hannelore Wille	VHS, Jahnstr. 21 A	10.02.15	48
Porzellanmalen	814915	Margret Krömer	Nordsehl, Landstraße 68	10.02.15	47
Malen lernen	814415	Bernhard Lehmann	VHS, Jahnstr. 21 A	11.02.15	43
Aquarell	814115	Bernhard Lehmann	VHS, Jahnstr. 21 A	13.02.15	46
Grundkurs Zeichnen	814715	Gertrud Adrian	VHS, Jahnstr. 21 A	14.02.15	46
Die Kunst des besseren Fotos	874415	Ewald Marschewski	VHS, Jahnstr. 21 A	24.02.15	48
Natürlich schön mit Make-up	934515	Beate Parthen	VHS, Jahnstr. 21 A	07.03.15	54
Glückwunschkarten	824215	Ulrike Distl	VHS, Jahnstr. 21 A	07.03.15	51
Ein Dorfspaziergang	424115	Frieda Höltke	Wiedensahl, Wilhelm-Busch-Geburtshaus	15.03.15	42
„Lachend die Wahrheit sagen“	314115	Ute Brodziak-Mudra	Praxis Brodziak-Mudra, Echternstr. 30	27.03.15	41
Experimente in Aquarell, Gouache/Tempera, Acryl	814215	Gertrud Adrian	VHS, Jahnstr. 21 A	18.04.15	44
Primamalerei – Alla-Prima Technik	814615	Heidi Marohn	VHS, Jahnstr. 21 A	18.04.15	44
Malerei und Kalligrafie	814515	Martina Grandhomme	VHS, Jahnstr. 21 A	25.04.15	45
Mit der Digital-Spiegelreflexkamera fotografieren	874315	Ewald Marschewski	VHS, Jahnstr. 21 A	08.05.15	49
Linse statt Pinsel	324115	Roger Grabowski	Wiedensahl, Wilhelm-Busch-Geburtshaus	30.05.15	42
Wie zeichne ich ein Porträt?	814315	Gertrud Adrian	VHS, Jahnstr. 21 A	13.06.15	46
Max, Moritz und Co	314415	Gudrun-S.Frommhage-Davar	VHS, Jahnstr. 21 A	01.07.15	43
Gesundheit					
Pilates	964315	Helena Wiebe	VHS, Jahnstr. 21 A	04.02.15	69
Pilates	964215	Helena Wiebe	VHS, Jahnstr. 21 A	04.02.15	69
Rückenyoga	954315	Kirsten Meyer-Vorrath	VHS, Jahnstr. 21 A	06.02.15	65
Authentisches Medizinisches Qi Gong	964815	Rotraud Ferber	VHS, Jahnstr. 21 A	06.02.15	66
Hatha-Yoga am Vormittag	955215	Sabine Meier	VHS, Jahnstr. 21 A	09.02.15	65
Hatha-Yoga	955115	Annelie Schneider	VHS, Jahnstr. 21 A	09.02.15	66
Selbstverteidigung für jugendliche Mädchen	884115	Jessika Schenke	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	09.02.15	23
Pilates	964715	Helena Wiebe	VHS, Jahnstr. 21 A	10.02.15	69
Yoga	954615	Beate Plagge	VHS, Jahnstr. 21 A	10.02.15	65
Yoga	954215	Beate Plagge	VHS, Jahnstr. 21 A	10.02.15	65
Body-Power	965015	Christiane Schumann	Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum	11.02.15	68
Body-Power	965115	Christiane Schumann	Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum	11.02.15	68
Autogenes Training nach Professor Schultz	954115	Ute Brodziak-Mudra	Praxis Brodziak-Mudra, Echternstr. 30	11.02.15	62
Yoga am Vormittag	954915	Beate Plagge	VHS, Jahnstr. 21 A	12.02.15	64
Shaolin – Sehnen – Qi Gong Yi Yin Jing	964115	Ute Brodziak-Mudra	Praxis Brodziak-Mudra, Echternstr. 30	14.02.15	67
Schreiben macht einfach Spaß	954715	Dorothee Pfeiffer	VHS, Jahnstr. 21 A	14.02.15	63
Beckenbodentraining	965215	Christiane Schumann	Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum	17.02.15	70
Osteoporotische Wirbelsäulenfrakturen	944415	Dr. Thido Wunder	Klinikum Schaumburg, Gemeinschaftsraum	18.02.15	57
Hatha-Yoga	955415	Annelie Schneider	VHS, Jahnstr. 21 A	23.02.15	66
Ruhe – Gelassenheit – Lebensfreude	955015	Britta Kunze	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	07.03.15	24
Bodyfit	965515	Claudia Kittel-Seifert	Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum	12.03.15	69
Schüßler'sche Biochemie	944115	Axel Jacobs	Meerbeck, Niedernwöhrener Landstr. 10	12.03.15	56
Ruhe – Gelassenheit – Lebensfreude	955615	Britta Kunze	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	21.03.15	24
Meditative Quellenwanderung	954515	Cornelia Künzel	Wendthagen, Treffpunkt Kirche	11.04.15	19
Säure-Base Haushalt	944315	Gudrun Prange	VHS, Jahnstr. 21 A	15.04.15	56
Einstieg in das Taiji – Qi Gong	964915	Ute Brodziak-Mudra	Praxis Brodziak-Mudra, Echternstr. 30	15.04.15	67
Schüßler'sche Biochemie	944215	Axel Jacobs	Meerbeck, Niedernwöhrener Landstr. 10	16.04.15	56
Mandeln, Mojos, Meeresfrüchte	924115	Karsten Klaus	VHS, Jahnstr. 21 A	18.04.15	72
Kinder haben und brauchen Krisen und Konflikte...	215615	Birgit Schaper-Gerdes	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	05.05.15	25

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Einführung in die Meditation	954815	Wolfgang Teschner	VHS, Jahnstr. 21 A	21.05.15	62
Rückenyoga	954415	Kirsten Meyer-Vorrath	VHS, Jahnstr. 21 A	29.05.15	65
Antipasti, Tapas, Mezeler	924215	Karsten Klaus	VHS, Jahnstr. 21 A	20.06.15	72
Hatha-Yoga intensiv	955315	Annelie Schneider	VHS, Jahnstr. 21 A	27.06.15	66
Minimal-invasive Chirurgie	944515	Prof. Dr. Conny Bürk	Klinikum Schaumburg, Gemeinschaftsraum	07.07.15	59
Sprachen					
Polnisch Schnupperkurs	784915	Barbara Chrzeszczyk	VHS, Jahnstr. 21 A	07.02.15	93
Einstufungsberatung	727015	Anja Wolff-Guillouet	VHS, Jahnstr. 21 A	09.02.15	82
Fit für das Abitur	725815	Regina Frohms	VHS, Jahnstr. 21 A	13.02.15	87
Englisch Auffrischung (B1)	725315	Monika Kressin	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	85
Deutsch Intensiv Mittelstufe (A2+/B1)	714315	Heinke Binder	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	79
Lesen und Schreiben lernen	794615	Kateryna Schöttelndreier	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	75
Englisch Auffrischung (B1)	725515	Edith Hempelt	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	85
Lesen und Schreiben lernen	794915	Kateryna Schöttelndreier	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	75
Englisch Grundstufe 3 (A1)	724615	Barbara Krause	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	83
Englisch Mittelstufe 2	725215	Tracy Lee Wanke	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	84
Deutsch Grundstufe ohne Vorkenntnissen (A1)	714115	Ceyda Karacan	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	79
Deutsch DSH/KDS	714815	Slavica Tebbe	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	80
Englisch Grundstufe 1 (A1)	724415	Ute Langner	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	83
Italienisch Grundstufe 5 (A2)	744215	Karin Möllmann	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	91
Arabisch Grundstufe 1 (A1)	784215	Muhsen Ibrahim	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	92
Englisch Grundstufe 2 (A1)	724515	Tracy Lee Wanke	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	83
Deutsch Lesen, Schreiben, Rechnen von Anfang an	794215	Kristina Lange	PGB, Ostring	17.02.15	75
Übergangskurs DaF 1	794815	N.N.	VHS, Jahnstr. 21 A	17.02.15	75
Deutsch Lesen, Schreiben, Rechnen von Anfang an	794115	Kristina Lange	PGB, Ostring	17.02.15	75
Italienisch Mittelstufe 3 (B1)	744515	Ingrid Wolfert	VHS, Jahnstr. 21 A	17.02.15	91
Spanisch Grundstufe 6 (A2)	764415	Katherine Pflug	VHS, Jahnstr. 21 A	17.02.15	90
Katalanisch	784415	Jordi Puig Pérez	VHS, Jahnstr. 21 A	17.02.15	92
Italienisch Grundstufe 4 (A2)	744115	Karin Möllmann	VHS, Jahnstr. 21 A	17.02.15	91
Englisch Mittelstufe 3 (B1)	725015	Ute Langner	VHS, Jahnstr. 21 A	17.02.15	85
Polnisch Grundstufe 5	784615	Barbara Chrzeszczyk	VHS, Jahnstr. 21 A	17.02.15	93
Schwedisch Oberstufe	784715	Dr. Wilfried Gutschke	VHS, Jahnstr. 21 A	17.02.15	93
Spanisch Grundstufe 4 (A2)	764315	Katherine Pflug	VHS, Jahnstr. 21 A	17.02.15	90
Italienisch Grundstufe 2 (A1	744315	Karin Möllmann	VHS, Jahnstr. 21 A	17.02.15	91
Italienisch Grundstufe 6 (A2)	744415	Ingrid Wolfert	VHS, Jahnstr. 21 A	18.02.15	91
Englisch Grundstufe 1 (A1)	724115	Tracy Lee Wanke	VHS, Jahnstr. 21 A	18.02.15	83
Deutsch Schreibwerkstatt (B1+/B2)	714715	Barbara Krause	VHS, Jahnstr. 21 A	18.02.15	80
Englisch Auffrischung (B1)	725415	Tracy Lee Wanke	VHS, Jahnstr. 21 A	18.02.15	85
Spanisch Grundstufe 3 (A1)	764215	Katherine Pflug	VHS, Jahnstr. 21 A	18.02.15	90
Spanisch Grundstufe 3 (A1)	764515	Lorena Harttrumpf	VHS, Jahnstr. 21 A	18.02.15	90
Englisch Grundstufe 5 (A2)	724815	Ute Langner	VHS, Jahnstr. 21 A	18.02.15	84
Englisch Auffrischung (B1)	725615	Tracy Lee Wanke	VHS, Jahnstr. 21 A	18.02.15	85
Deutsch für Pflegekräfte	715315	Barbara Krause	VHS, Jahnstr. 21 A	18.02.15	80
Spanisch Grundstufe 2 (A1)	764115	Lorena Harttrumpf	VHS, Jahnstr. 21 A	18.02.15	90
Deutsch Lesen, Schreiben, Rechnen von Anfang an	794415	Gisela Rofalski	PGB, Ostring	19.02.15	75
Englisch Mittelstufe 3 (B1)	724315	Edith Senne	VHS, Jahnstr. 21 A	19.02.15	85
Deutsch Lesen, Schreiben, Rechnen von Anfang an	795215	Gisela Rofalski	PGB, Ostring	19.02.15	75
Französisch Mittelstufe 3 (B1)	734415	Aryel Maurino-Grützmann	VHS, Jahnstr. 21 A	19.02.15	88
Deutsch Lesen, Schreiben, Rechnen von Anfang an	794515	Gisela Rofalski	PGB, Ostring	19.02.15	75
Deutsch Grundstufe mit Vorkenntnissen (A1+/A2)	714215	Ceyda Karacan	VHS, Jahnstr. 21 A	19.02.15	79
Englisch Mittelstufe 3 (B1)	725115	Ute Langner	VHS, Jahnstr. 21 A	19.02.15	85
Türkisch (A1)	784815	Sercin Sahin	VHS, Jahnstr. 21 A	19.02.15	93
Polnisch Grundstufe 2	784515	Barbara Chrzeszczyk	VHS, Jahnstr. 21 A	19.02.15	93
Englisch Mittelstufe 2 (B1)	724215	Marianne Beddig	VHS, Jahnstr. 21 A	20.02.15	84
Französisch Grundstufe 3 (A1)	734215	Angelika Hövermann	VHS, Jahnstr. 21 A	20.02.15	88
Französisch Grundstufe 1 (A1)	734115	Angelika Hövermann	VHS, Jahnstr. 21 A	20.02.15	88
Diskussionsforum Deutsch	714915	Zuzanna Skibicka	VHS, Jahnstr. 21 A	20.02.15	80
Englisch für Büroberufe Teil 1 (B1/B2)	726015	Vera Künzel-Kruse	VHS, Jahnstr. 21 A	24.02.15	86
Plattdeutsch für Anfänger/innen	785915	Henning Dormann	VHS, Jahnstr. 21 A	10.03.15	80

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Plattdeutsch für Fortgeschrittene	785815	Henning Dormann	VHS, Jahnstr. 21 A	11.03.15	80
Prüfung Einbürgerungstest	715015	Gabriela Bollmann	VHS, Jahnstr. 21 A	14.03.15	78
Sütterlinschrift lesen und schreiben	714615	Edith Hempelt	VHS, Jahnstr. 21 A	20.03.15	80
Englisch für Büroberufe Teil 2 (B1/B2)	726115	Vera Künzel-Kruse	VHS, Jahnstr. 21 A	14.04.15	87
Deutsch Intensiv Mittelstufe (A2+/B1)	714415	Heinke Binder	VHS, Jahnstr. 21 A	04.05.15	79
Lesen und Schreiben lernen	794715	Kateryna Schöttelndreier	VHS, Jahnstr. 21 A	11.05.15	75
Lesen und Schreiben lernen	795015	Kateryna Schöttelndreier	VHS, Jahnstr. 21 A	11.05.15	75
Übergangskurs DaF 1	795115	N.N.	VHS, Jahnstr. 21 A	12.05.15	75
Polnisch Schnupperkurs	785015	Barbara Chrzeszczyk	VHS, Jahnstr. 21 A	20.06.15	93
Prüfung Einbürgerungstest	715115	Cornelia Künzel	VHS, Jahnstr. 21 A	20.06.15	78
Beruf, EDV					
Die Arbeit am SmartBoard für Fortgeschrittene	54MA15	Bernd Schlifke	Medienzentrum, Jahnstr. 21	04.02.15	125
Bilanzierung	654115	Dirk Limberg	VHS, Jahnstr. 21 A	04.02.15	119
Internet Recherchieren für Senioren/innen	54AI15	Peter Bollmann	VHS, Jahnstr. 21 A	09.02.15	112
Effektiver Umstieg auf Windows 8.1 und Office 2013	545115	Sören Kandt	VHS, Jahnstr. 21 A	14.02.15	98
Computerclub für Senioren/innen	54AH15	Peter Bollmann	VHS, Jahnstr. 21 A	17.02.15	112
Erste Schritte am Computer / Windows	544115	Jürgen Enders	VHS, Jahnstr. 21 A	17.02.15	97
Linux für Umsteiger und Einsteiger	549815	Dr. Michael Schalich	VHS, Jahnstr. 21 A	18.02.15	107
Webseiten erstellen mit JIMDO Teil 1	549615	Jürgen Enders	VHS, Jahnstr. 21 A	20.02.15	106
Android-Smartphone u. Tablet. Für Senioren/innen	54AO15	Peter Bollmann	VHS, Jahnstr. 21 A	23.02.15	113
Windows 8 – Kompakter Umstieg/Einstieg	547715	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	28.02.15	102
MS Word Einstieg	547815	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	28.02.15	103
Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch	545915	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	02.03.15	99
Die Arbeit mit am Promethean Board für Einsteiger	54MB15	Bernd Schlifke	Medienzentrum, Jahnstr. 21	04.03.15	125
MS Excel Einstieg	548415	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	07.03.15	104
Excel – Einführung in das Arbeiten mit Makros	548915	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	07.03.15	104
E-Mail, Skype & Co. für Senioren/innen	54AJ15	Peter Bollmann	VHS, Jahnstr. 21 A	09.03.15	113
Buchführung I (IKR)	654315	Dirk Limberg	VHS, Jahnstr. 21 A	10.03.15	119
Windows Server 2012 R2	54AQ15	Marc Grote	VHS, Jahnstr. 21 A	14.03.15	115
Raspberry Pi	549512	Peter Bollmann	VHS, Jahnstr. 21 A	14.03.15	106
Die bunte Welt der Tablets	546315	Jan Mundhenk	VHS, Jahnstr. 21 A	14.03.15	100
Linux installieren und nutzen	549915	Dr. Michael Schalich	VHS, Jahnstr. 21 A	16.03.15	107
Zeitmanagement mit Outlook	549315	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	17.03.15	105
MS Word Aufbau	548115	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	21.03.15	103
iPhone und iPad – Grundlagen	546515	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	21.03.15	101
MS Word Geschäftskorrespondenz	548315	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	23.03.15	104
Tastschreiben für Schüler/innen	544715	Heidrun Pallagst	VHS, Jahnstr. 21 A	25.03.15	117
Haus- und Facharbeiten	545715	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	09.04.15	100
Computer-Einstieg für Senioren/innen	54AD15	Jürgen Enders	VHS, Jahnstr. 21 A	13.04.15	111
Vom Digitalbild zum Fotobuch für Senioren/innen	54AL15	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	13.04.15	113
Textverarbeitung Word Einstieg	545315	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	13.04.15	98
Computer Aktuell	544915	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	14.04.15	98
Einführungsseminar in die Arbeit am SmartBoard	54MC15	Bernd Schlifke	Medienzentrum, Jahnstr. 21	15.04.15	126
Professionelle Büroassistenz Buchhaltung	655015	Dirk Limberg	VHS, Jahnstr. 21 A	15.04.15	121
Tastschreiben am Computer	544615	Heidrun Pallagst	VHS, Jahnstr. 21 A	17.04.15	97
Windows Phone 7 und 8	547515	Jan Mundhenk	VHS, Jahnstr. 21 A	18.04.15	102
Exchange Server 2013	54AR15	Marc Grote	VHS, Jahnstr. 21 A	18.04.15	115
Microsoft Office 2010	54AA15	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	20.04.15	108
Ihr eigenes Notebook! Für Senioren/innen	54AF15	Peter Bollmann	VHS, Jahnstr. 21 A	20.04.15	112
eBooks und eBook-Reader	546215	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	25.04.15	100
Buchführung II (IKR)	654415	Dirk Limberg	VHS, Jahnstr. 21 A	30.04.15	119
MS Excel Aufbau	548715	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	04.05.15	104
Die Arbeit mit der Videokamera	54MD15	Bernd Schlifke	Medienzentrum, Jahnstr. 21	06.05.15	126
MS Word Seriendruck	548215	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	09.05.15	103
iPhone und iPad – für Fortgeschrittene (Specials)	546815	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	09.05.15	101
MS Outlook	549015	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	11.05.15	105
Tabellenkalkulation Excel Einstieg	545415	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	27.05.15	99
Effektiver Umstieg auf Windows 8.1 und Office 2013	545215	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	30.05.15	98
iPhone und iPad – Grundlagen	546615	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	30.05.15	101

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Informationsmanagement mit Microsoft OneNote	549115	Jan Mundhenk	VHS, Jahnstr. 21 A	30.05.15	105
Office Kompakt	54AW15	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	01.06.15	122
Betriebliches Steuerrecht	654515	Dirk Limberg	VHS, Jahnstr. 21 A	01.06.15	119
Professionelle Büroassistenz Buchhaltung	654615	Dirk Limberg	VHS, Jahnstr. 21 A	01.06.15	119
Professionelle Büroassistenz Computer	54AU15	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	01.06.15	121
Erste Schritte am Computer / Windows	544315	Jürgen Enders	VHS, Jahnstr. 21 A	09.06.15	97
Einführung in die Arbeit mit der Trickboxx	54ME15	Bernd Schlifke	Medienzentrum, Jahnstr. 21	10.06.15	126
Der eigene Webauftritt JIMDO Teil 2	549715	Jürgen Enders	VHS, Jahnstr. 21 A	12.06.15	107
MS Excel - Pivot-Tabellen, Sortieren und Filtern	548815	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	15.06.15	104
Windows 8 – Kompakter Umstieg/Einstieg	547615	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	20.06.15	102
Wege aus dem Mediendschungel	546115	Renate Meißner	VHS, Jahnstr. 21 A	26.06.15	100
PowerPoint Einstieg	545515	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	27.06.15	99
Prezi	54AP15	Renate Meißner	VHS, Jahnstr. 21 A	27.06.15	116
In die Ferne schweifen für Senioren/innen	54AK15	Renate Meißner	VHS, Jahnstr. 21 A	28.06.15	113
iPhone und iPad – für Fortgeschrittene (Specials)	546915	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	04.07.15	101
Computer-Aufbaukurs	54AX15	Jürgen Enders	VHS, Jahnstr. 21 A	07.07.15	97
Einführung in die Arbeit mit der 3-D-Trickboxx	54MF15	Bernd Schlifke	Medienzentrum, Jahnstr. 21	08.07.15	126
iTunes – Musik und mehr von Apple	547215	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	11.07.15	101
iPad – Pages und Numbers	547115	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	18.07.15	101
Tastschreiben für Schüler/innen	545015	Heidrun Pallagst	VHS, Jahnstr. 21 A	10.08.15	117
Microsoft Office 2010	54AB15	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	05.10.15	108
Grundbildung, Lernförderangebote					
Lesen und Schreiben lernen Fortgeschrittene	794615	Kateryna Schöttelndreyer	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	132
Lesen und Schreiben lernen Anfänger/innen	794815	Kateryna Schöttelndreyer	VHS, Jahnstr. 21 A	16.02.15	132
Lesen und Schreiben lernen Fortgeschrittene	794715	Kateryna Schöttelndreyer	VHS, Jahnstr. 21 A	11.05.15	132
Lesen und Schreiben lernen Anfänger/innen	794915	Kateryna Schöttelndreyer	VHS, Jahnstr. 21 A	11.05.15	132
Fit für das Abitur	725815	Regina Frohms	VHS, Jahnstr. 21 A	13.02.15	132
Zweiter Bildungsweg					
Tageshaupt-/ Tagesrealschule	015300	Dozententeam	VHS, Jahnstr. 21 A	31.08.15	135

Impressum, AGB – Allgemeine Geschäftsbedingungen

Anmeldung
Sie können sich schriftlich mit dem Anmeldeformular aus dem VHS-Programmheft oder über das Kursbuchungssystem im Internet (www.vhs-schaumburg.de) anmelden.Weitere Anmeldmöglichkeiten bestehen
- persönlich zu den angegebenen Öffnungszeiten
- oder telefonisch (bei Bildungsurlaubsveranstaltungen und Studienreisen ist die telefonische Anmeldung nicht vorgesehen)
- und jederzeit per Post, Fax oder perE-Mail (info@vhs-schaumburg.de).

Die Anmeldungen werden bei Veranstaltungen mit Anmeldefrist in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Falls keine Anmeldefrist angegeben ist, kann die schriftliche Anmeldung auch am 1. Veranstaltungstag bei der Dozentin oder dem Dozenten abgegeben werden. Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung des Entgeltes. Eine kostenlose Teilnahme zur Probe ist nicht möglich.

Anmeldebestätigungen
Eine Anmeldebestätigung erhalten Sie nur bei der Kursbuchung über das Kursbuchungssystem im Internet und bei Anmeldungen zu Ganztages-, Wochenendseminaren und Bildungsurlauben. Eine Benachrichtigung erfolgt, wenn die Veranstaltung nicht wie angekündigt stattfindet.

Entgelte
- Die Entgelte ergeben sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Ankündigung der VHS und auf der Grundlage der jeweils gültigen Entgeltordnung der Volkshochschule Schaumburg.
- Die Anmeldung verpflichtet - unabhängig von der tatsächlichen Teilnahme - zur Zahlung des ausgewiesenen Entgeltes.
- Entgelte sind, sofern nicht ausdrücklich eine andere Regelung festgelegt wurde (z. B. Bildungsurlaube, Studienreisen, etc.), spätestens eine Woche nach Kursbeginn fällig.

Lastschriftverfahren
Für die Teilnahme am Lastschriftverfahren ist die Erteilung eines unterschriebenen Lastschriftmandates (ab 01.02.2014 SEPA-Lastschriftmandat) erforderlich. Bei Nutzung eines erteilten SEPA-Lastschriftmandats wird die Volkshochschule Schaumburg dem/der Kontoinhaber/in die Fälligkeit (Abbuchungstag) per Vorabinformation spätestens 4 Tage (bei Erstlastschriften 6 Tage) vor dem Abbuchungstermin schriftlich (per E-Mail oder Brief) mitteilen. Die VHS wird die Vorabinformation vorrangig per E-Mail an die von dem/der Teilnehmer/in angegebene E-Mail-Adresse versenden.
Der/die Teilnehmer/in kann dieser Versandform widersprechen.

Entgeltermäßigung
- Eine Ermäßigung in Höhe von 50 % erhalten:
  – Schüler/innen, Auszubildende, Studenten/innen mit lfd.BAföG-Leistungen,
  – freiwilligen Wehrdienst- und Bundesfreiwilligendienstleistende, Leistungsempfänger/innen nach SGB II, SGB III und SGB XII. Empfänger/innen eines Kinderzuschlages gemäß § 6a Bundeskindergeldgesetz sowie Ehegatten und Kinder der vorstehend genannten Personen, wenn sie mit diesen in einer Bedarfsgemeinschaft leben und keine weiteren Einkünfte haben.
- Für Veranstaltungen mit Verpflegung und Übernachtung beträgt die Ermäßigung 25 % des angegebenen Entgeltes.
- Für Veranstaltungen nur mit Verpflegung wird das ermäßigte Entgelt jeweils ausgewiesen.
- Die Ermäßigung wird nur gewährt, wenn die Anmeldung entsprechend gekennzeichnet und ein Nachweis beigefügt ist. Eine nachträgliche Ermäßigung kann nicht gewährt werden.
- In besonderen Härtefällen kann auf schriftlichen Antrag hin eine erweiterte Entgeltermäßigung gewährt werden.
- Für Vorbereitungslehrgänge auf staatliche Schulabschlussprüfungen sowie Studienreisen ist eine Entgeltermäßigung nicht möglich.

Abmeldung – immer schriftlich
- Abmeldung nur umgehend schriftlich mit Angabe des Grundes und nur bei den Geschäftsstellen der VHS.
- Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.
- Bei Studienreisen gelten besondere Regelungen, die Sie mit der Anmeldebestätigung erhalten.
- Bei der Abmeldung von Wochenend-Seminaren mit Unterkunft ist eine Bearbeitungsentgelt von 10,00 EUR zu zahlen, wenn die Abmeldung bis zu 14 Tagen vor Seminarbeginn erfolgt. Bei späterer Abmeldung ist das volle Entgelt zu zahlen. Das volle Entgelt ist auch bei allen Wochenendveranstaltungen zu zahlen, wenn die Abmeldung nach der Anmeldefrist erfolgt.
- Bei Bildungsurlaub gilt folgende Regelung:
  Bei Abmeldung bis zum Anmeldetermin beträgt das Bearbeitungsentgelt 10,00 EUR, bei einer Abmeldung bis spätestens vier Wochen vor Seminarbeginn 65,00 EUR, bei späterer Abmeldung ist das volle Entgelt zu zahlen. Wenn Ihr Arbeitgeber die Gewährung von Bildungsurlaub ablehnt und Sie uns den schriftlichen Bescheid spätestens zwei Wochen vor Seminarbeginn vorlegen, entfällt das Bearbeitungsentgelt.
  Entstehen aufgrund der Absage bei den gebuchten Bildungshäusern, Hotels etc. Ausfallkosten, so werden diese in Rechnung gestellt.

Ferien und Feiertage
An gesetzlichen Feiertagen sowie während der Schulferien findet in der Regel kein Unterricht statt.

Unterrichtsräume und Haftung
- Wir bitten Sie, die jeweilige Hausordnung zu beachten und in den Schulräumen nicht zu rauchen.
- Für Unfälle, Verluste oder Beschädigungen von Lehrmitteln, Kleidungsstücken, Fahrzeugen u. s. w. übernimmt die Volkshochschule keine Haftung.

Erreichbarkeit für Behinderte
Die Seminarräume und Sanitäranlagen in den VHS-Gebäuden in Rinteln und Stadthagen sind für Gehbehinderte zugänglich. Zu den übrigen Unterrichtsorten informieren Sie sich bitte vorher in einer der VHS-Geschäftsstellen, ob diese für Rollstuhlfahrer geeignet sind. Die VHS ist bemüht, Menschen mit Behinderung eine Teilnahme an den Veranstaltungen zu ermöglichen.

Datenschutz
Die Vorschriften über den Datenschutz werden bei der Volkshochschule beachtet (s. Datenschutzerklärung im Internet).

Widerrufsbelehrung
Widerrufsrecht
Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen den Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns

Volkshochschule Schaumburg
Jahnstraße 21a
31655 Stadthagen
Fax: 05721 787199
info@vhs-schaumburg.de

mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, den Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das im Internet hinterlegte Muster-Widerrufsformular verwenden (www.vhs-schaumburg.de), das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs
Wenn Sie den Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf des Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

Impressum

verantwortlich
Undine Rosenwald-Metz,
VHS Schaumburg
Grafik, Satz
C-Design Grafik Hannover
Fotocollage
Sebastian Pilzner
Fotos
VHS Schaumburg, pixelio.de
Druck
Westermann Druck GmbH, Braunschweig

Der Unterschied beginnt beim Namen
Wir sind den Menschen verpflichtet: 50 Millionen Kunden mit 50 Millionen unterschiedlichen Bedürfnissen. Deshalb verkaufen wir nicht einfach Finanzprodukte, sondern erklären sie so, dass jeder sie versteht. Da, wo unsere Kunden sind, da sind auch wir zu Hause. Deshalb bieten wir nicht nur Sicherheit für ihr Geld, sondern Unterstützung für die ganze Region. Als Finanzierungspartner Nr. 1 fördern wir das Wachstum des Mittelstands und einen Großteil der Existenzgründungen in Deutschland: Das sichert Arbeitsplätze. Wir entwickeln die Lösungen von morgen, weil wir an Sie und die Zukunft glauben. Schon heute haben wir zum Beispiel die meistgenutzte Finanz-App. Erleben Sie den Unterschied. Bei Ihrer Sparkasse vor Ort und auf www.sparkasse.de
Wenn's um Geld geht – Sparkasse

Sparkasse.
Gut für Schaumburg.